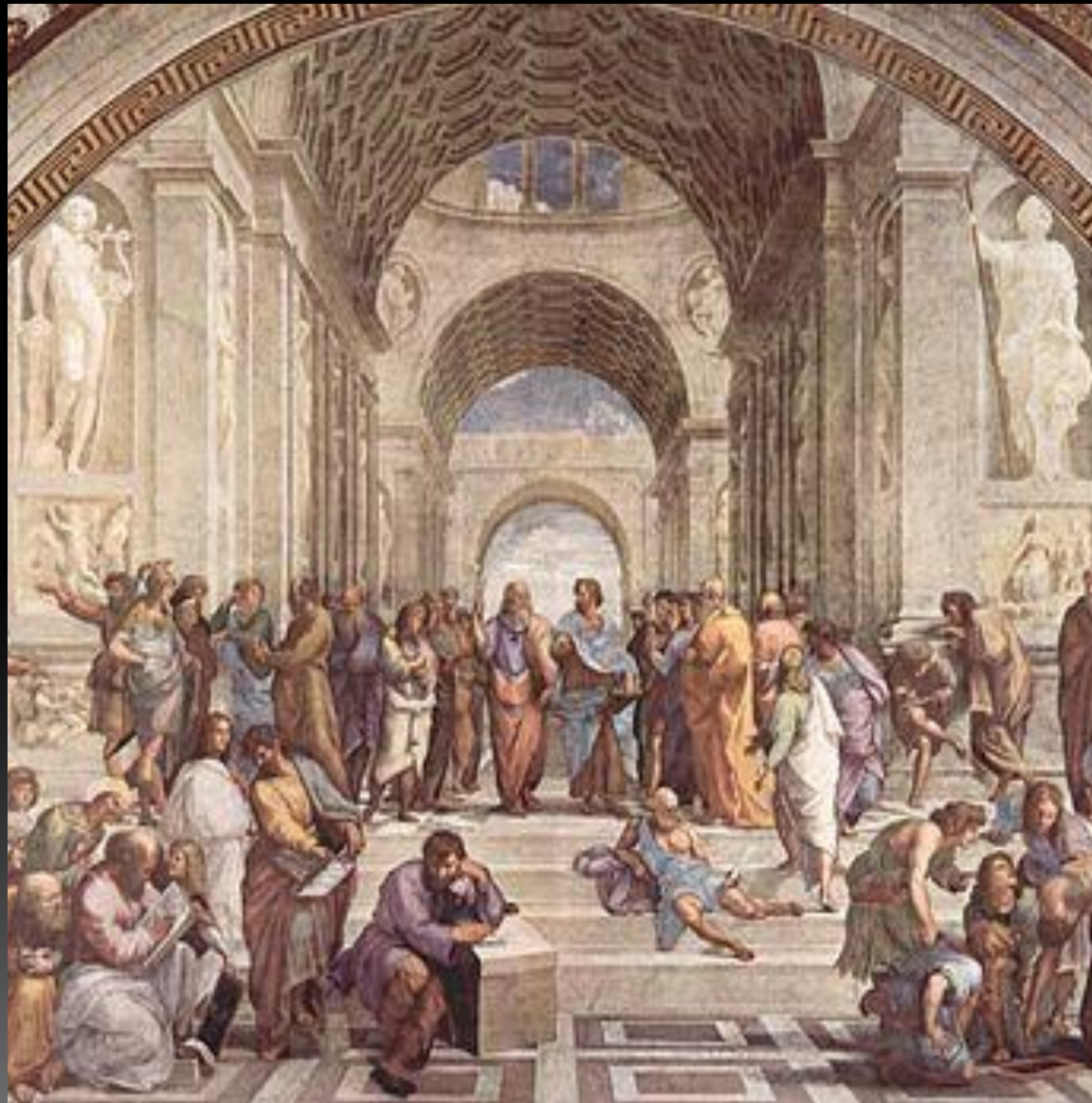




# Гуманистическая ПСИХОЛОГИЯ

# Возникновение



Гуманизм возник во Флоренции в середине XIV века. С конца XV века перешло в Германию, Францию, отчасти в Англию и другие страны. Первой стадией гуманизма является Ренессансный гуманизм- движение, в котором гуманизм впервые выступил как целостная система взглядов и широкое течение общественной мысли. Основная идея – улучшение человеческой природы через изучение античной литературы.

# Современный гуманизм



Современный гуманизм представляет собой многообразные идейные движения, процесс организационного оформления которых начался в период между двумя мировыми войнами и интенсивно продолжается в наши дни.

# Гуманистическая теория-

Это ряд направлений в современной психологии, которые ориентированы, прежде всего, на изучение смысловых структур человека.

# В гуманистической психологии в качестве основных предметов анализа выступают:

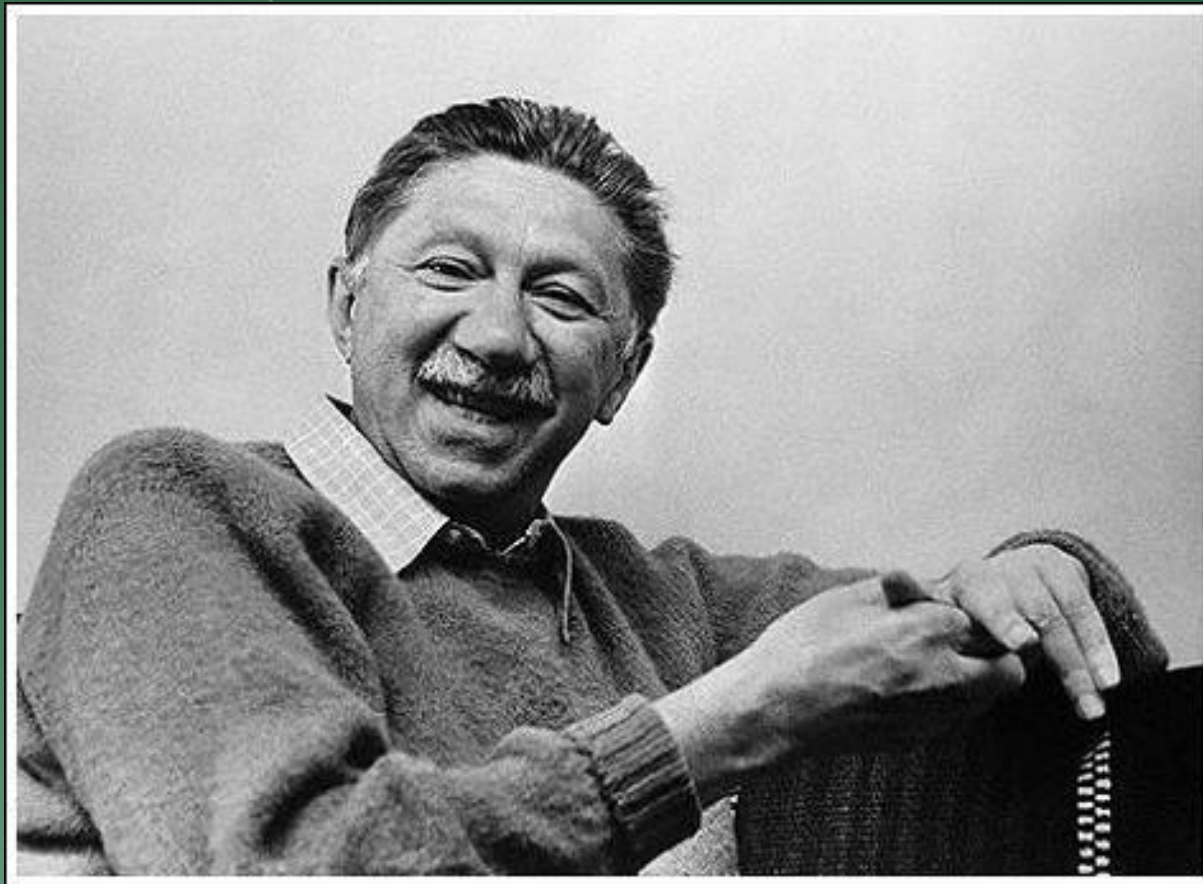
- ВЫСШИЕ ЦЕННОСТИ
- СВОБОДА
- ТВОРЧЕСТВО
- АВТОНОМИЯ
- ЛЮБОВЬ
- ОТВЕТСТВЕННОСТЬ
- ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ
- МЕЖЛИЧНОСТНОЕ ОБЩЕНИЕ

# Пять основополагающих положений гуманистической психологии:

- 1. **Человек как целостное существо превосходит сумму своих составляющих** (иначе говоря, человек не может быть объяснен в результате научного изучения его частичных функций).
- 2. **Человеческое бытие разворачивается в контексте человеческих отношений** (иначе говоря, человек не может быть объяснен своими частичными функциями, в которых не принимается в расчет межличностный опыт).
- 3. **Человек осознает себя** (и не может быть понят психологией, не учитывающей его непрерывное, многоуровневое самосознание).
- 4. **Человек имеет выбор** (человек не является пассивным наблюдателем процесса своего существования: он творит свой собственный опыт).
- 5. **Человек интенционален** (человек обращен в будущее; в его жизни есть цель, ценности и смысл).

# Абрахам Маслоу

(1908 – 1970)





**Потребность в самовыражении**



**Потребность в уважении и признании**

**Потребность в принадлежности к социальной группе, причастности, поддержке**



**Потребность в безопасности и защищенности**



**Физиологические потребности**

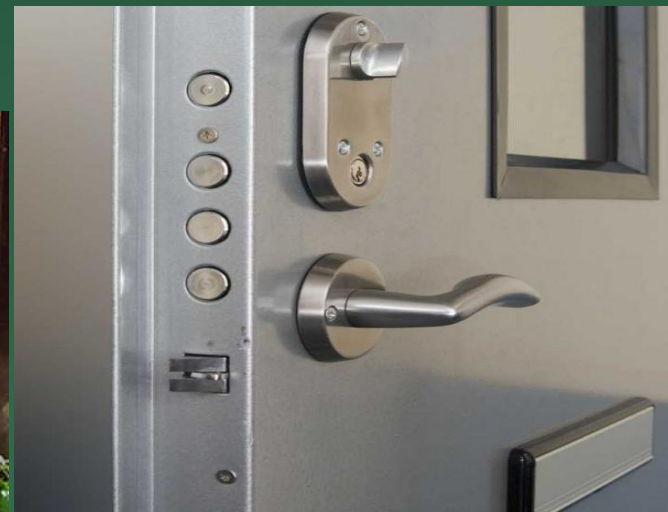




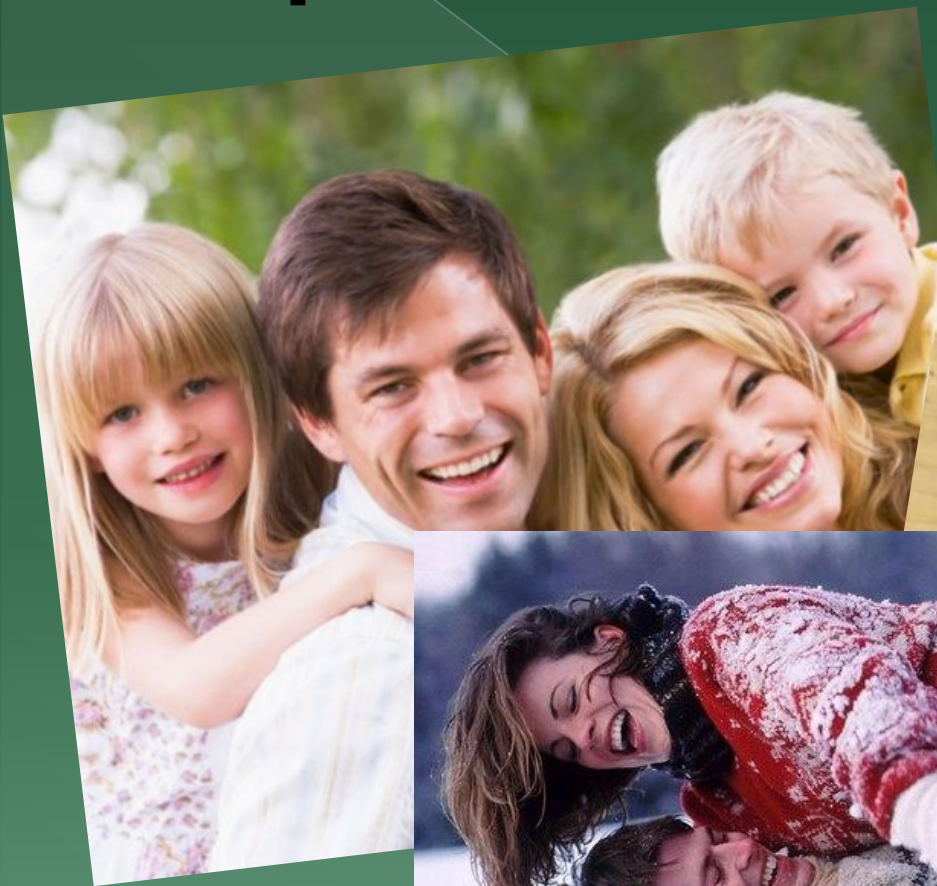
# Физиологические потребности



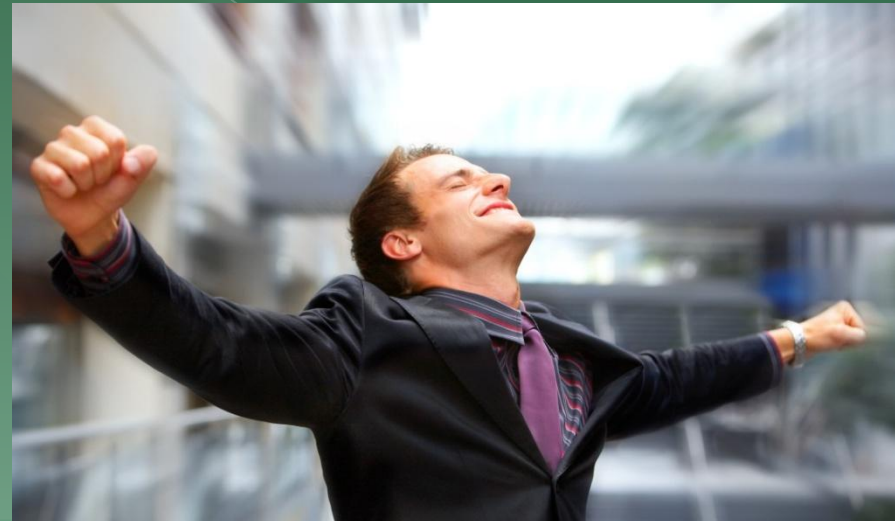
# Потребности в безопасности и защите



# Потребности принадлежности и любви



# Потребности самоуважения



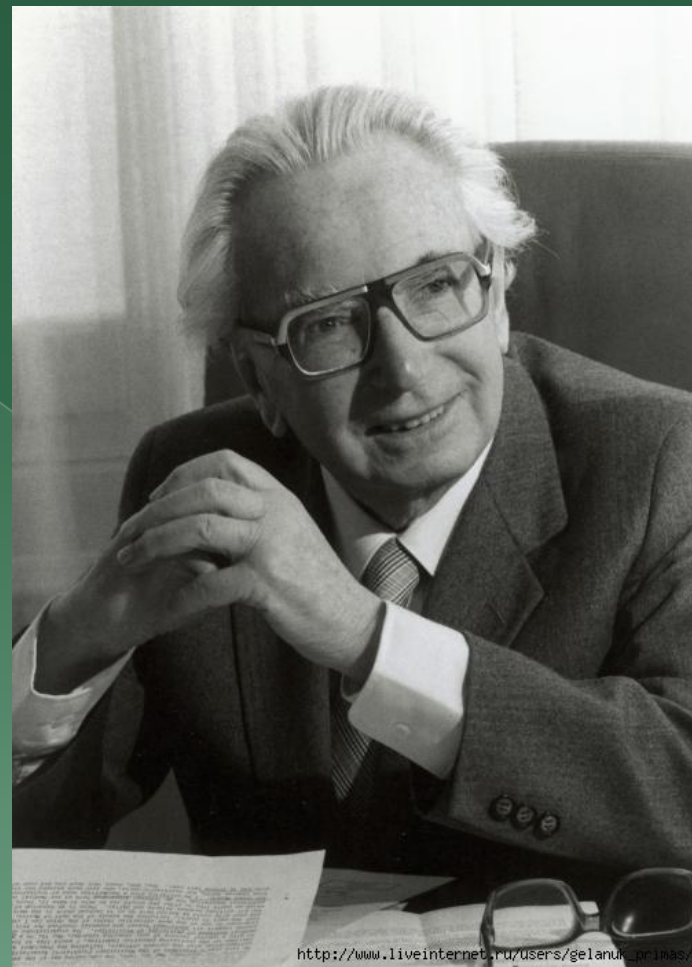
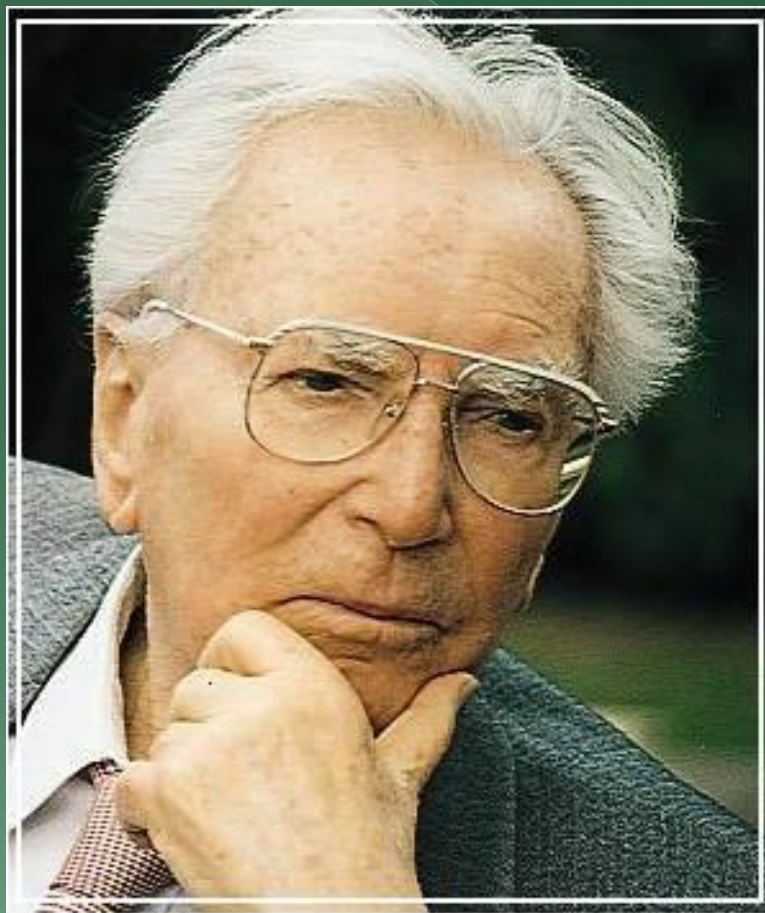
# Потребность в самоактуализации



**В дополнение к своей иерархической концепции мотивации Маслоу выделил две глобальные категории мотивов человека:**

- **Дефицитные мотивы** (направлены на удовлетворение дефицитных состояний )
- **Мотивы роста** (обогащение и расширение жизненного опыта)

# Виктор Эмиль Франкл (1905-1997)



# 3 класса ценностей:

- ◎ Ценности творчества
- ◎ Ценности переживания
- ◎ Ценности отношений





Осуществляя смысл, человек осуществляет тем самым себя; самоактуализация — это лишь побочный продукт осуществления смысла.

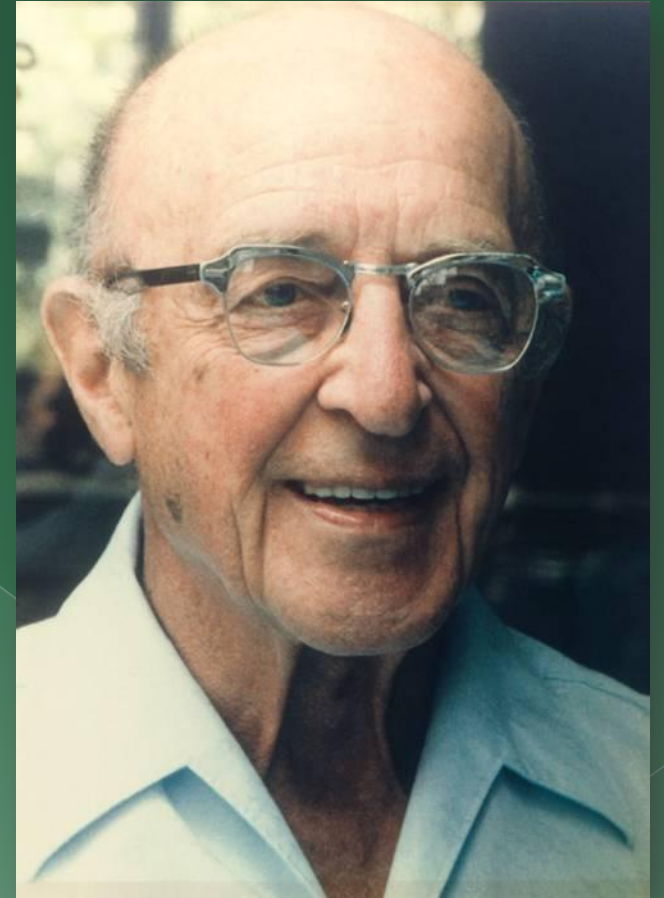
Совесть — орган, который помогает человеку определить, какой из потенциальных смыслов, заложенных в ситуации, является для него истинным.

# Три онтологических измерения (уровня существования) человека:

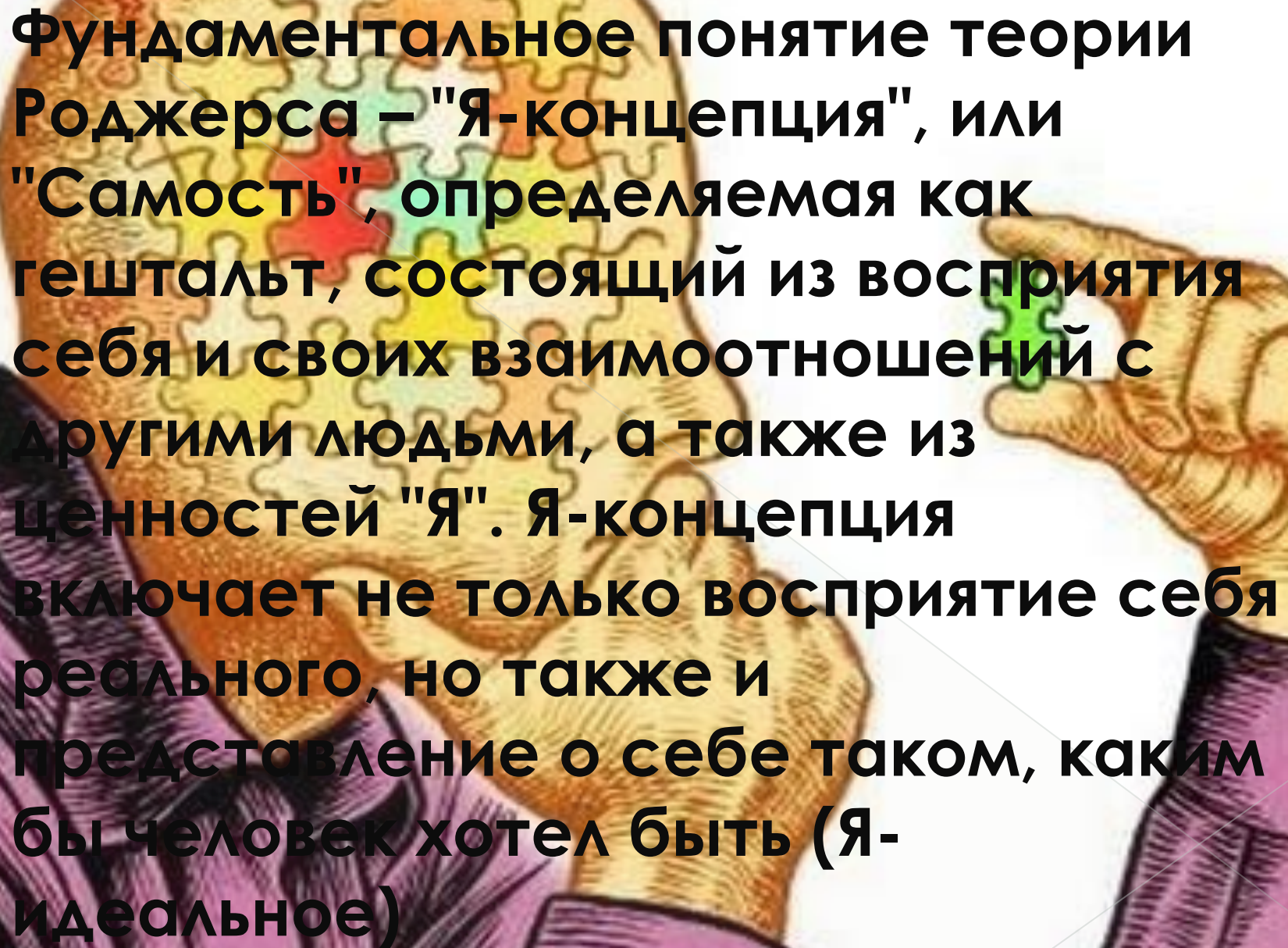
- Биологическое
- Психологическое
- Поэтическое, или духовное



**Карл Рэнсон  
Роджерс  
(1902 – 1987)**



Одной из важных особенностей теории Роджерса являются феноменологический и холистический подходы. Согласно первому, основой личности выступает психологическая реальность, т. е. субъективный опыт, соответственно которому интерпретируется действительность. Согласно второму, человек представляет собой интегрированное целое, несводимое к отд. частям его личности.

An illustration of a human head in profile, with the brain area filled with interlocking puzzle pieces in various colors (yellow, orange, red, green, blue). A hand is shown holding a green puzzle piece, ready to be placed into the brain. The background is white with a faint watermark.

**Фундаментальное понятие теории Роджерса – "Я-концепция", или "Самость", определяемая как гештальт, состоящий из восприятия себя и своих взаимоотношений с другими людьми, а также из ценностей "Я". Я-концепция включает не только восприятие себя реального, но также и представление о себе таком, каким бы человек хотел быть (Я-идеальное)**

«Я-концепция» как совокупность установок на себя

Реальное Я

Идеальное Я

Зеркальное Я

Представление о том, каков я на самом деле

Представление о том, каким бы я хотел быть

Представление о том, каким меня воспринимают другие

Аспекты:  
• физический;  
• эмоциональный;  
• социальный

# 3 основных течения:

- Экзистенциальная («переживающая») терапия
- центрированная на клиенте (роджерсианская) терапия
- гештальт-терапия

# Экзистенциальная терапия

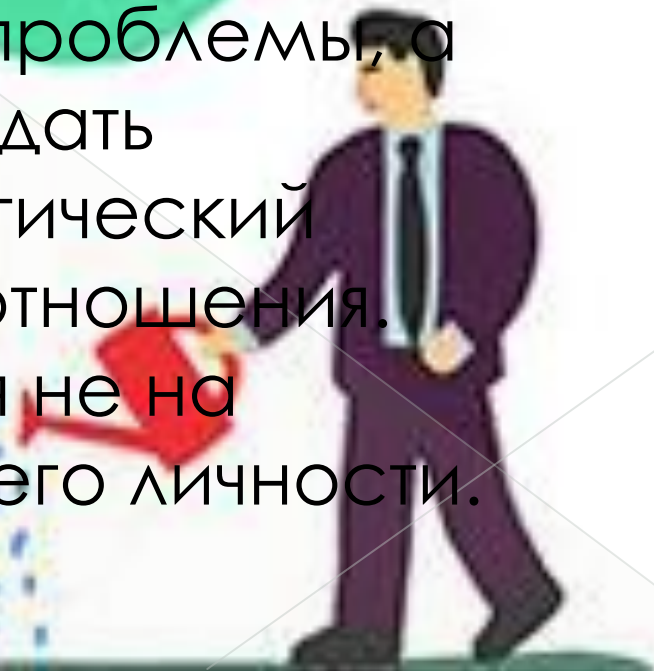
Главной целью экзистенциальной психотерапии является помощь клиенту в поиске смысла жизни, осознании своей личностной свободы и ответственности и в раскрытии своих потенций как личности в полноценном общении.





# Терапия центрированная на клиенте

Главная цель - психологической помощи как обеспечение становления «полностью действующей личности», помощь личностному росту, благодаря которому человек сам решает свои проблемы, а второстепенная цель — создать соответствующий «психологический климат», терапевтические отношения. Внимание концентрируется не на проблемах человека, а на его личности.



# Гештальт-терапия

Направлена на усиление психологических позиций личности, расширение личностного самосознания и имеет ярко выраженную функциональную направленность. Главная цель - помощь человеку в полной реализации своего потенциала.





Спасибо за внимание