

Адаптация с точки зрения гуманистической психологии

Выполнила:
Золотарева Алёна
БМО 1

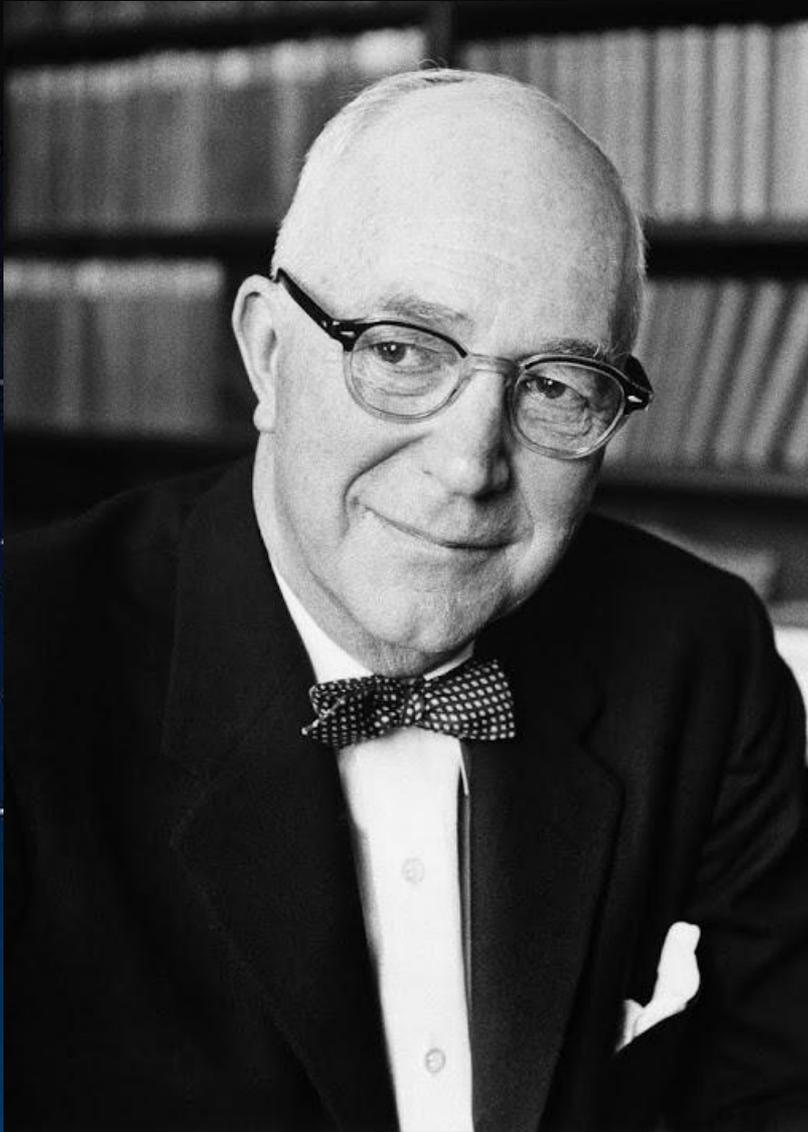
• Адапта́ция (лат. *adapto* — приспособляю) — процесс приспособления к изменяющимся условиям внешней среды



• **Гуманистическая психология** - направление, возникшее в начале 60-х гг. XX века в США. Лидирующими фигурами стали – К.Роджерс, Р.Мэй, А.Маслоу, Г.Олпорт.. Данное направление рассматривает личность как уникальную, целостную систему, понять которую посредством анализа отдельных проявлений и составляющих просто невозможно. Именно целостный подход к человеку стал одним из фундаментальных положений гуманистической психологии. Основными мотивами личностного развития являются специфически человеческие свойства - **стремление к развитию и осуществлению своих потенциальных возможностей, стремление к самореализации, самовыражению, самоактуализации, к осуществлению определенных жизненных целей, раскрытию смысла собственного существования.**



Гордон Олпорт (1897-1967)



Одним из главных постулатов теории Олпорта было положение о том, что личность является открытой и саморазвивающейся. Человек прежде всего социальное существо и потому не может развиваться без контактов с окружающими людьми, с обществом. Отсюда неприятие Олпортом положения психоанализа об антагонистических, враждебных отношениях между личностью и обществом. При этом Олпорт утверждал, что общение личности и общества является не стремлением к уравниванию со средой, а взаимообщением, взаимодействием.

Абхарам Маслоу (1908-1970)



Одним из самых больших недостатков психоанализа, с его точки зрения, является не столько стремление принизить роль сознания, сколько тенденция рассматривать психическое развитие с точки зрения адаптации организма к окружающей среде, стремления к равновесию со средой. Как и Олпорт, он считал, что такое равновесие является смертью для личности. Равновесие, укорененность в среде отрицательно влияют на стремление к самоактуализации, которое и делает человека личностью.

Ученый считал, что именно осознанные стремления и мотивы, а не бессознательные инстинкты составляют суть человеческой личности.

Карл Роджерс (1902-1987)



В своей теории личности Роджерс развернул определенную систему понятий, в которых люди могут создавать и изменять свои представления о себе, о своих близких. В этой же системе разворачивается и терапия, помогающая человеку изменить себя и свои отношения с другими. Как и для других представителей гуманистической психологии, идея ценности и уникальности человеческой личности является центральной для Роджерса. Он считает, что тот опыт, который возникает у человека в процессе жизни, и который он называл "феноменальным полем", индивидуален и уникален.

Адаптацией с точки зрения гуманистической психологии считается не стремление уравновесить человека с окружающим миром, сделать его своим шаблонным представителем, а взаимоотношение, взаимодействие личности с окружающей средой с целью проявления и развития своих личностных качеств

