

# Теории личности

# Психоаналитическая теория личности (З. Фрейд)

В психической жизни Фрейд выделил три уровня:

- сознание
- предсознательное
- бессознательное

Позже Фрейд ввёл в анатомию личности три основных структуры:

- Ид,
- Эго,
- Суперэго.

# Защитные механизмы

- **Отрицание.** Когда реальная действительность для человека весьма неприятна, он “закрывает на нее глаза”, прибегает к отрицанию ее существования, или старается снизить серьезность возникающей угрозы.
- **Подавление.** В отличие от отрицания, которое большей частью относится к информации, поступающей извне, подавление относится к блокированию внутренних импульсов и угроз. Чаще всего подавляются те мысли и желания, которые противоречат принятым самим себе человеком моральным ценностям и нормам.
- **Рационализация.** Этот способ разумного оправдания любых поступков и действий, противоречащих нравственным нормам и вызывающих беспокойство обычно уже после их совершения. Наиболее типичные приемы рационализации:
  - оправдание своей неспособности что-либо сделать;
  - оправдание совершенно нежелательного действия, объективно сложившимися обстоятельствами.

- **Формирование реакции.** Иногда люди могут скрывать от самих себя мотив собственного поведения за счет его подавления через особо выраженный и сознательно поддерживаемый мотив противоположного типа.
- **Проекция.** Все люди имеют нежелательные свойства и черты личности, которые они неохотно признают, а чаще совсем не признают. Механизм проекции проявляет свое действие в том, что собственные отрицательные качества человек бессознательно приписывает другому лицу, причем, как правило, в преувеличенном виде.

- **Интеллектуализация.** Это своеобразная попытка уйти из эмоционально угрожающей ситуации путем не как бы отстраненного обсуждения в абстрактных, интеллектуализированных терминах.
- **Замещение.** Выражается в частичном, косвенном удовлетворении неприемлемого мотива каким-либо нравственно допустимым способом. Неудовлетворенные импульсы, дают о себе знать в закодированной, символической форме - в сновидении, описках, обмолвках, шутках, странностях поведения человека, вплоть до появления патологических отклонений.

# Аналитическая теория личности (Карл Густав Юнг)

Душа состоит из трёх отдельных взаимодействующих структур:

- Эго
- личное бессознательное
- коллективное бессознательное

- Архетипы – врожденные идеи.
- Среди архетипов, описанных Юнгом, есть мать, ребёнок, герой, мудрец, Солнце, плут, Бог, смерть и т.д.

Наиболее важные архетипы – персона (наше публичное лицо),

- тень (подавленная, тёмная сторона личности),
- анимус/анима (внутренний образ женщины в мужчине и наоборот, внутренний образ мужчины в женщине),
- самость (сердцевина личности, вокруг которой организованы и объединены все другие элементы).



Наиболее известным вкладом Юнга в психологию считаются описанные им две основные эго-направленности:

- экстраверсия
- интроверсия.

- Экстраверт характеризуется врожденной тенденцией направлять свою психическую энергию, или либидо, вовне, связывая носителя энергии с внешним миром.
- Интроверт же характеризуется тенденцией своего либидо устремляться вовнутрь, непременно связывая психическую энергию со своим внутренним миром мысли, фантазии или чувства.

В дополнение к ним Юнг выделял четыре функциональных типа, четыре основные психологические функции:

- мышление,
- чувство,
- ощущение,
- интуиция.

# Гуманистическое направление (Абрахам Маслоу)

Теория Маслоу описывает мотивацию в терминах иерархии потребностей. Низшие (основные) потребности должны быть разумно удовлетворены, прежде чем потребности высшего порядка станут доминантой побудительных сил в поведении человека.

# Иерархия потребностей в порядке доминирования

1. физиологические потребности (пища, вода, сон и т.п.);
2. потребность в безопасности (стабильность, порядок);
3. потребности в любви и принадлежности (семья, дружба);
4. потребность в уважении (самоуважение, признание);
5. потребность в самоактуализации (развитие способностей).

# Феноменологическое направление (Карл Роджерс)

К. Р. Роджерс утверждал, что единственной реальностью, с точки зрения восприятия человека, является субъективная реальность – личный мир переживаний человека.

Центральное место в этом субъективном мире принадлежит Я-концепции.

Люди большей частью ведут себя в соответствии со своей Я-концепцией.

Развитие позитивной Я-концепции позволяет им стать полноценно функционирующими людьми.

К. Роджерс предложил следующую  
структуру Я-концепции:

реальное Я,

идеальное Я.



## Когнитивный подход к изучению личности. Теория личностных конструктов Дж. Келли

- Главным источником развития личности, согласно Дж. Келли, является среда, социальное окружение. Когнитивная теория личности подчеркивает влияние интеллектуальных процессов на поведение человека

Главным понятием в этом направлении является "КОНСТРУКТ" (от английского "construct" – строить). Это понятие включает в себя особенности всех известных познавательных процессов (восприятия, памяти, мышления и речи).

Благодаря этим конструктам, человек не только познает мир, но и, согласно Дж. Келли, устанавливает межличностные отношения.

По мнению Дж. Келли, личность формируется и развивается в течение всей жизни.

Конструктивная система не является статическим образованием, а находится в постоянном изменении под влиянием опыта.

Система личностных конструкторов делится на два уровня (блока).

- Блок "ядерных" конструкторов – это примерно 50 основных конструкторов, которые находятся на вершине конструктивной системы, т.е. в постоянном фокусе оперативного сознания. Этими конструкторами человек пользуется наиболее часто при взаимодействии с другими людьми.
- Блок периферических конструкторов – это все остальные конструкторы. Количество этих конструкторов сугубо индивидуально и может варьировать от сотен до нескольких тысяч.

Выделяют два типа целостной личности:

- Когнитивно сложная личность – это личность, у которой имеется большое количество конструктов.
- Когнитивно простая личность – это личность небольшим набором конструктов.

**Когнитивно сложная личность, по сравнению с когнитивно простой, имеет:**

- Лучше психическое здоровье;
- Лучше справляется со стрессом;
- Имеет более высокий уровень самооценки;
- Более адаптивна к новым ситуациям.

Личность – это система организованных личностных конструкторов, в которых перерабатывается (воспринимается и интерпретируется) личный опыт человека.

# Поведенческий подход к изучению личности

Существуют два основных направления в поведенческом подходе к изучению личности - "рефлекторное" и "социальное". Рефлекторное направление представлено работами известных американских бихевиористов Дж. Уотсона и Б. Скиннера. Основоположниками второго направления являются американские исследователи: А. Бандура и Дж. Роттер.



- В личности нет ничего от генетического или психологического наследования. Личность это продукт научения, а ее свойства – это обобщенные поведенческие "РЕФЛЕКСЫ" и "СОЦИАЛЬНЫЕ НАВЫКИ".

А. Бандура назвал поведение человека, детерминированное внутренними факторами, "САМОРЕГУЛЯЦИЕЙ".  
Основная задача саморегуляции – обеспечивать  
"САМОЭФФЕКТИВНОСТЬ"

Для объяснения поведения человека, Дж. Роттер вводит специальное понятие «ПОВЕДЕНЧЕСКИЙ ПОТЕНЦИАЛ», который означает меру вероятности того, какое поведение будет совершать человек в данной ситуации.

По мнению Дж. Роттера, существует два основных внутренних блока личности:

- "Субъективная значимость" – структура, оценивающая ценность предстоящего подкрепления.
- "Доступность" - структура, связанная с ожиданием (вероятностью) получения подкрепления на основе прошлого опыта.

- "ЭКСТЕРНАЛЫ" – это люди, которые не управляют ситуацией и надеются в своей жизни на «авось».
- Люди, которые видят четкую связь между своим поведением (своими усилиями, своими действиями) и результатами своего поведения, имеют внутренний, или интернальный локус контроля.  
«ИНТЕРНАЛЫ» - это люди, которые управляют ситуацией, контролируют ее, она им доступна.