

Гуманистическая ПСИХОЛОГИЯ

Выполнили:

Студенты 2 курса 24 группа лечебного факультета

Фролова Дарья Игоревна

Ермакова Юлия Евгеньевна

Лагнюк Екатерина Михайловна

Салманов Магомед Зубайрович

Определение понятия

- ◎ *Гуманистическая психология* – ряд направлений в современной психологии, которые ориентированы прежде всего на изучение смысловых структур человека.

Основные предметы анализа

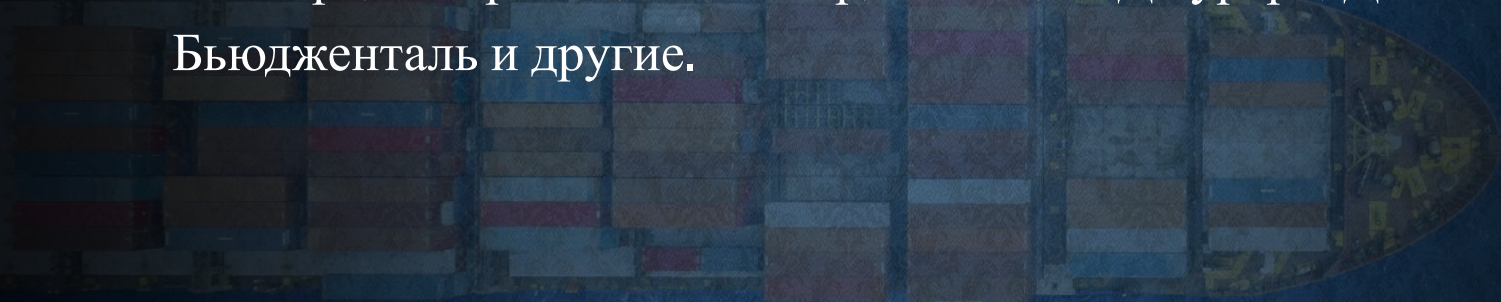
- высшие ценности;
- самоактуализация личности;
- творчество;
- любовь;
- свобода;
- ответственность;
- автономия;
- психическое здоровье;
- межличностные отношения.

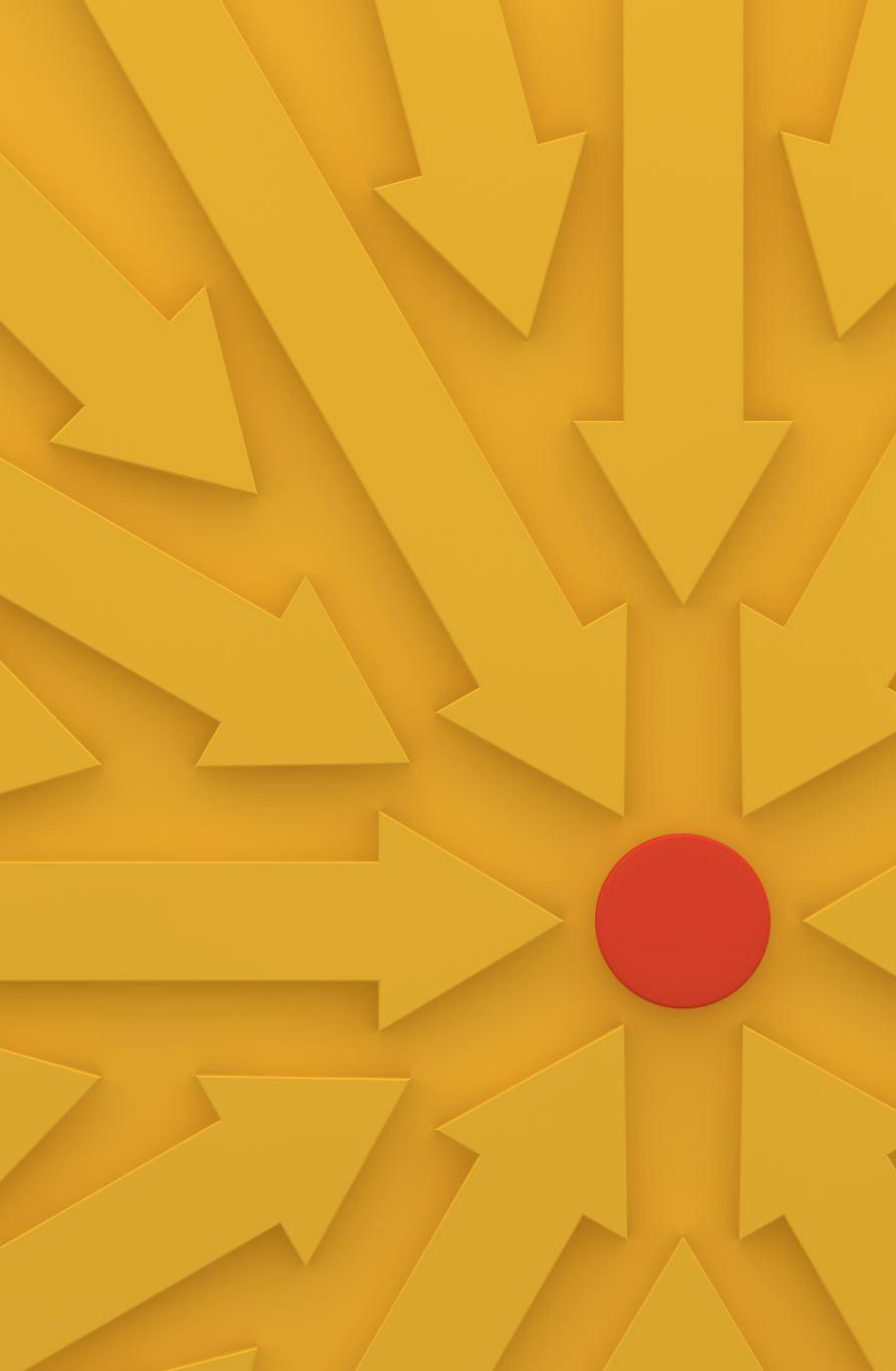
История появления

- Гуманистическая психология 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.

История появления

- ◎ К данному направлению могут быть отнесены А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл, Ш. Бюлер, Р. Мэй, С. Джулард, Д. Бьюдженталь и другие.





Направления теории

- ◎ В гуманистической теории личности выделяется два основных направления:
 - ▣ *«клиническое»* (ориентировано преимущественно на клинику; представлено во взглядах американского психолога К. Роджерса);
 - ▣ *«мотивационное»* (автор – американец А. Маслоу).



Врожденные ТЕНДЕНЦИИ

- ◎ Согласно К. Роджерсу, в психике человека существуют две врожденные тенденции:
 - ▢ *«самоактуализирующаяся тенденция»* (содержит в свернутом виде будущие свойства личности);
 - ▢ *«организмический отслеживающий процесс»* (механизм контроля за развитием личности).

Врожденные тенденции

- ◎ На основе этих тенденций у человека в процессе развития возникает особая личностная структура «Я», которая включает «идеальное Я» и «реальное Я». Эти подструктуры структуры «Я» находятся в сложных отношениях — от полной гармонии (конгруэнтности) до полной дисгармонии (Роджерс К., 1994).

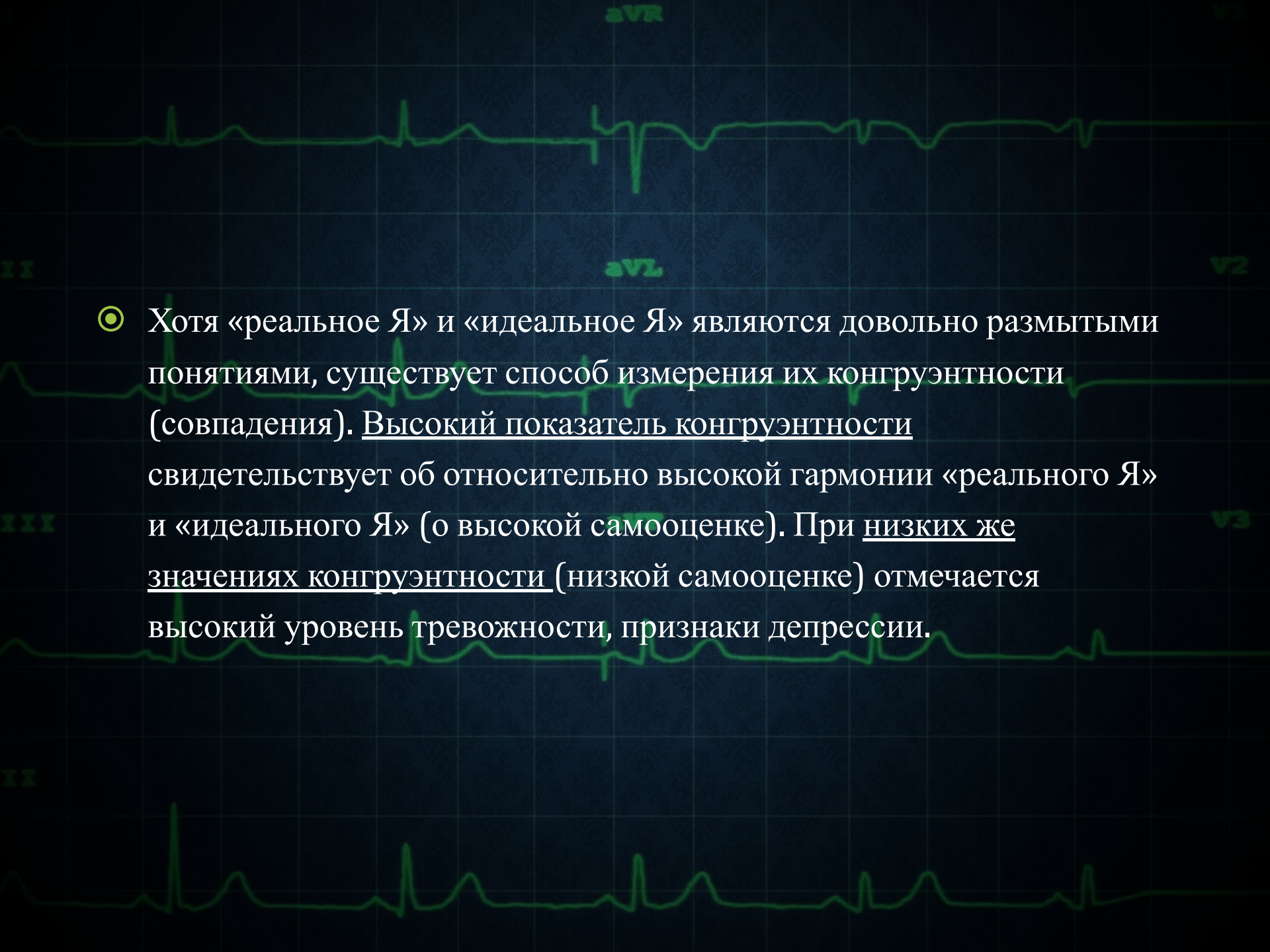


◎ В гуманистической модели личности основными концептуальными «единицами» выступают:

▣ *«реальное Я»* — совокупность мыслей, чувств и переживаний «здесь и сейчас» (Роджерс К., 1994);

▣ *«идеальное Я»* — совокупность мыслей, чувств и переживаний, которые человек хотел бы иметь для реализации своего личностного потенциала;

▣ *потребности в самоактуализации* — врожденные потребности, определяющие рост и развитие личности (Маслоу А., 1997).

- 
- The background of the slide is a dark green grid with a faint ECG (heart rate) line. The ECG line is a lighter green color and shows several heartbeats. The grid is composed of small squares, and the ECG line is positioned horizontally across the middle of the slide.
- ⊙ Хотя «реальное Я» и «идеальное Я» являются довольно размытыми понятиями, существует способ измерения их конгруэнтности (совпадения). Высокий показатель конгруэнтности свидетельствует об относительно высокой гармонии «реального Я» и «идеального Я» (о высокой самооценке). При низких же значениях конгруэнтности (низкой самооценке) отмечается высокий уровень тревожности, признаки депрессии.

5 уровней мотивации (А. Маслоу)

1. Физиологический (потребности в еде и сне);
2. Потребности в безопасности (потребность в квартире, работе);
3. Потребности в принадлежности (потребность одного человека в другом);
4. Уровень самооценки (потребность в самоуважении, компетенции, достоинстве);
5. Потребность в самоактуализации (метапотребности в творчестве, красоте, целостности ит.д.).



5 уровней мотивации (А. Маслоу)

- ⦿ Наиболее важными для человека являются потребности в самоактуализации. Самоактуализация — не конечное состояние совершенства человека. Ни один человек не становится настолько самоактуализированным, чтобы отбросить все мотивы. У каждого человека всегда остаются таланты для дальнейшего развития. Человек, достигший пятого уровня, называется «психологически здоровой личностью» (Маслоу А., 1999).



Целостность личности

- ◎ Целостность личности достигается тогда, когда конгруэнтность «реального Я» и «идеального Я» приближается к единице. *Целостность личности* — основное качество «полностью функционирующей личности». Смысл воспитания и коррекции личности состоит в развитии целостной личности.

Целостность личности

◎ Целостная личность:

- стремится к установлению хорошего психологического контакта со своими друзьями и близкими, к раскрытию им своих скрытых эмоций и тайн;
- четко знает, кто она есть на самом деле и кем бы она хотела быть;



Целостность личности

- максимально открыта к новому опыту и принимает жизнь такой, как она есть «здесь и сейчас»;
- практикует безусловное позитивное отношение ко всем людям;
- тренирует в себе эмпатию к другим людям, т. е. пытается понять внутренний мир другого человека и смотреть на другого человека его глазами.

Целостность личности

- ◎ Целостную личность характеризуют:
 - эффективное восприятие реальности;
 - спонтанность, простота и естественность поведения;
 - ориентация на решение проблемы, на дело;
 - постоянная «детскость» восприятия;
 - частые переживания «пиковых» чувств, экстаза;
 - искреннее желание помочь всему человечеству;
 - глубокие межличностные отношения;
 - высокие моральные стандарты.

Заключение

- ◎ Таким образом, у гуманистов, *личность* - это внутренний мир человеческого «Я» как результат самоактуализации, а *структура личности* - это индивидуальное соотношение «реального Я» и «идеального Я», а также индивидуальный уровень развития потребностей в самоактуализации.



An aerial photograph of a vast, flat, blue landscape, possibly a frozen sea or a large field of ice, under a hazy, overcast sky. The horizon is visible in the distance. The text is centered in the middle of the image.

**СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!**