

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

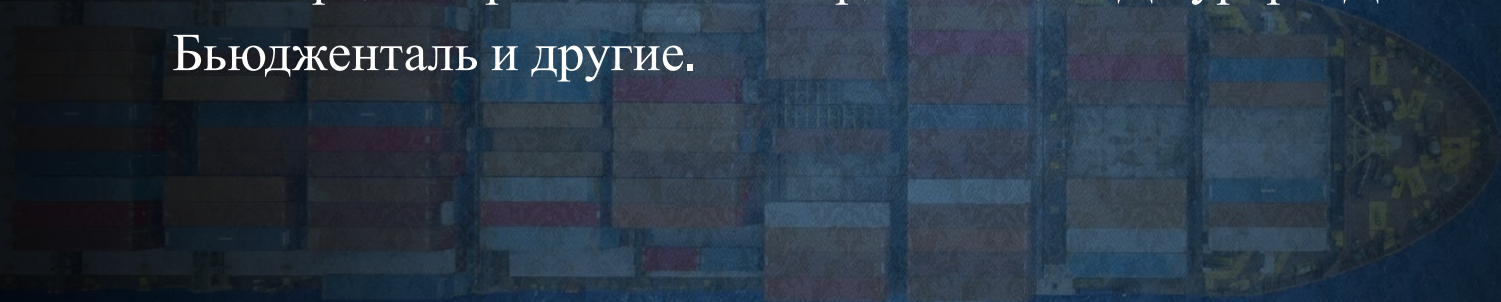
- высшие ценности;
- самоактуализация личности;
- творчество;
- любовь;
- свобода;
- ответственность;
- автономия;
- психическое здоровье;
- межличностные отношения.

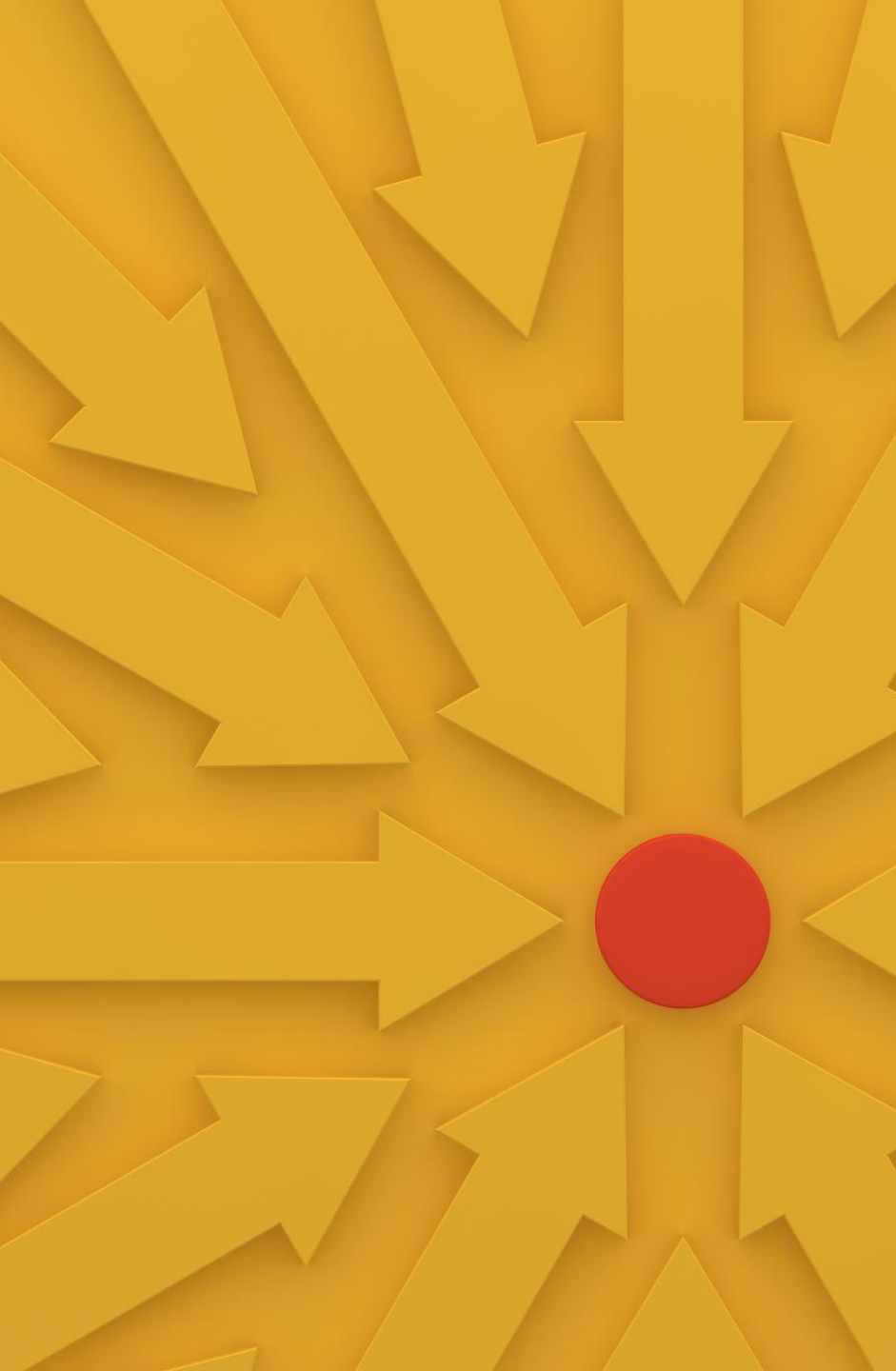
История появления

- ◎ 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).

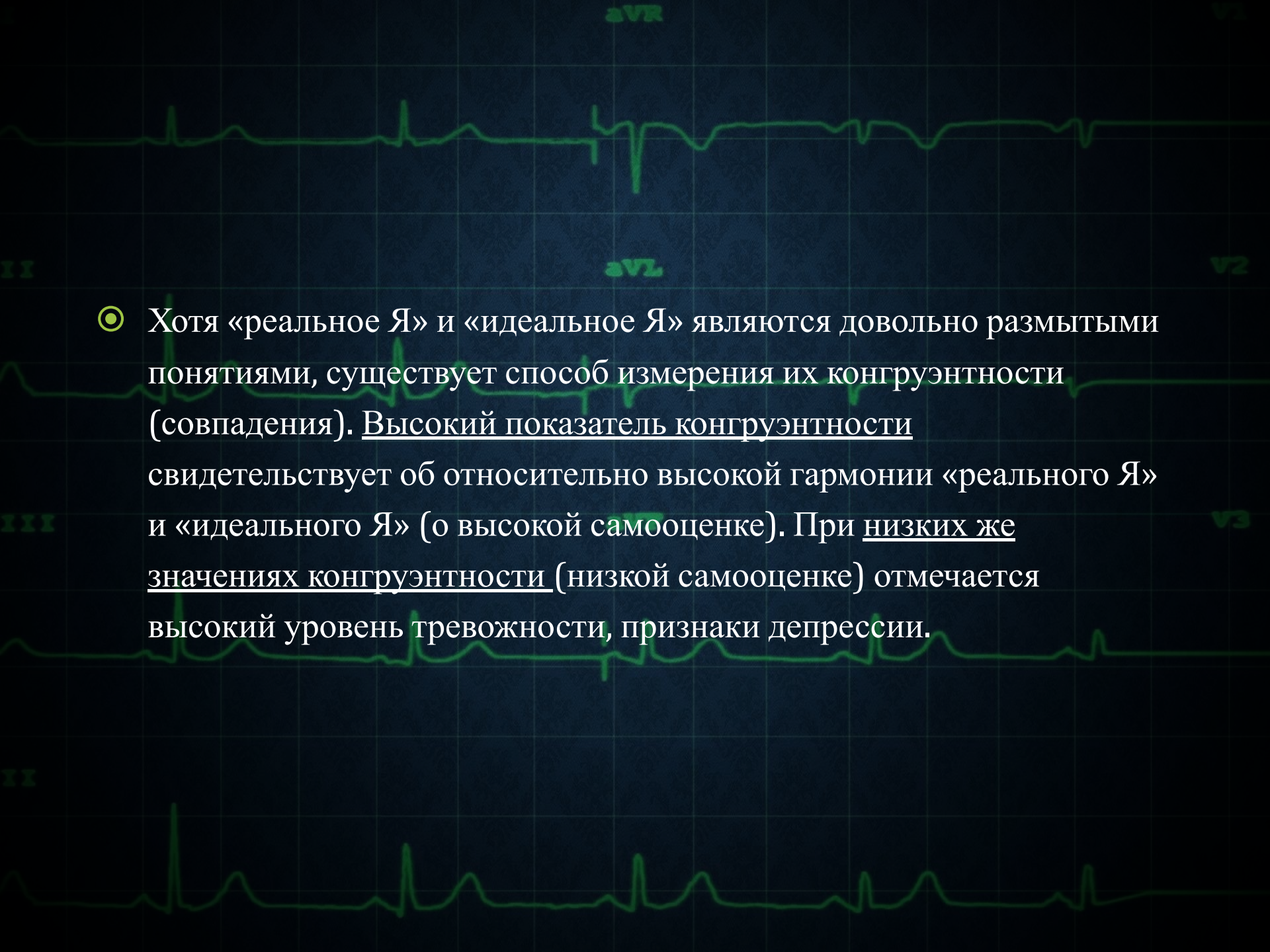


◎ В гуманистической модели личности основными концептуальными «единицами» выступают:

▣ *«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 larger squares. The ECG line is positioned in the upper and lower portions of the slide, with the text in the center.
- ⊙ 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 salt flat or a desert, under a hazy, overcast sky. The terrain is mostly uniform in color with some subtle textures and shadows. The text is centered in the middle of the image.

**СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!**