Гуманистическая психология

в рамках *гуманитарной*

парадигмы в психологии

Основные течения гуманистической психотерапии

1. Психотерапия Абрахама Маслоу
2. Экзистенциальная психотерапия
3. Клиент-центрированная терапия Карла Роджерса

Гуманистическая психология

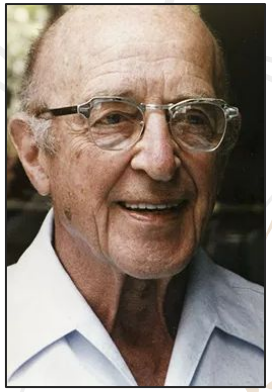
I. Предмет исследования

главный предмет исследования – личность как уникальная целостная система с возможностью самоактуализации

Гуманистическая психология

II. Позиция исследователя

Непосредственное взаимодействие исследователя с личностью



Карл Роджерс

Клиент-центрированная терапия:

- важность роли каждого клиента
- сотрудничество психолога и клиента
- роль участия и сопереживания
- психолог не устанавливает тему беседы, а создает условия, в которых клиент сам решает, насколько глубоко он может идти в своей откровенности
- основное внимание направлено на отражение чувств клиента
- вопросы психолог задает не для себя, а для самого обратившегося
- внимание терапевта сосредоточено не на проблеме, а на тех переживаниях, что охватывают обратившегося человека
- психолог занимает вовлеченную позицию, а клиент может влиять на ход событий

Гуманистическая психология

III. Акценты

Важность духовной свободы личности

Непредсказуемость поведения личности

Экзистенциальная психотерапия (изучение человека как субъекта и его субъективных переживаний своего существования)

Гуманистическая психология

IV. **Предмет изучения**

Уникальность человека и проявлений его психики

Отказ от эксперимента

Отсутствие статистических и математических методов

Переход от объяснения к пониманию

- **Экзистенциальная терапия (фокус на личностные ценности и смыслы)**
- **Клиент-центрированная терапия (понимание и интерпретация)**
- **Пирамида потребностей и теории мотивации А.Маслоу как пример обращения к личностным ценностям и смыслу жизни**

Гуманистическая психология

V. (Само)цель

Помощь другому человеку

Абрахам Маслоу

- Цель психотерапии Маслоу – самоактуализация клиента
- Психолог помогает клиенту осознать свои истинные потенциальные способности, поверить в возможность их успешной реализации, создать атмосферу, способствующую началу этого процесса, психологически поддержать при трудностях и поощрить первые успехи на этом пути
- К. Роджерс в своем подходе также ориентируется на помощь клиенту: его идеи и практические подходы направлены на максимальную реализацию внутренних возможностей человека

Гуманистическая психология

= гуманитарная парадигма

Литература:

1. Айви А.Е., Айви М.Б., Саймэк-Даунинг Л. Психологическое консультирование и психотерапия. Методы, теории и техники: практическое руководство. – М., 1999. – 487 с.
2. Романин А.Н. Основы психотерапии. – М.: Академия, 1999. – 208 с.
3. Лекция проф. Семеновой Л.Э. «Естественно-научная и гуманитарная парадигмы в психологии», кафедра Общей психологии, ПИМУ, г. Н. Новгород, 2022 г.

Спасибо за внимание

Презентацию подготовили учащиеся 1го курса магистратуры ПИМУ по направлению подготовки «Психология»:

С.Гришина, З.Нужная, Д.Чуркина, Е.Рахманова