



Психология Личности /Психология становления и развития личности ребенка /

Эрлих О.В.
Заведующий кафедрой
педагогике семьи СПб АППО

2018





МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ И СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ПРИКАЗ от 26 августа 2010 г. N 761н

ОБ УТВЕРЖДЕНИИ ЕДИНОГО КВАЛИФИКАЦИОННОГО СПРАВОЧНИКА
ДОЛЖНОСТЕЙ РУКОВОДИТЕЛЕЙ, СПЕЦИАЛИСТОВ И СЛУЖАЩИХ, РАЗДЕЛ
"КВАЛИФИКАЦИОННЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ДОЛЖНОСТЕЙ
РАБОТНИКОВ ОБРАЗОВАНИЯ"

- **Педагог-организатор. Должностные обязанности....**Изучает возрастные и психологические особенности, интересы и потребности обучающихся, воспитанников, детей в учреждениях (организациях) и по месту жительства
- ...Проводит учебные занятия, воспитательные и иные мероприятия, опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, а также современных информационных технологий и методик обучения
- ...Организует вечера, праздники, походы, экскурсии; поддерживает социально значимые инициативы обучающихся, воспитанников, детей в сфере их свободного времени, досуга и развлечений, ориентируясь на личность обучающегося, воспитанника, ребенка, развитие его мотивации, познавательных интересов, способностей.



- **Должен знать....**методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контактов с обучающимися (воспитанниками, детьми) разного возраста, их родителями (лицами, их замещающими), коллегами по работе; технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения;
- **СОЦИАЛЬНЫЙ ПЕДАГОГ**
- **Должностные обязанности.** Осуществляет комплекс мероприятий по воспитанию, образованию, развитию и социальной защите личности в учреждениях, организациях и по месту жительства обучающихся (воспитанников, детей). Изучает особенности личности обучающихся (воспитанников, детей) и их микросреды, условия их жизни. Выявляет интересы и потребности, трудности и проблемы, конфликтные ситуации, отклонения в поведении обучающихся (воспитанников, детей) и своевременно оказывает им социальную помощь и поддержку. Выступает посредником между обучающимися (воспитанниками, детьми) и учреждением, организацией, семьей, специальной службой, специалистами различных социальных служб, ведомств и



3 подхода к проблеме личности в психологии

- Психоаналитический подход
- Когнитивно- Бихевиоральный подход
- Гуманистический подход





Психоаналитический подход

Основатель: Зигмунд Фрейд . Годы жизни: 1856 -1939

- Одна из величайших заслуг Фрейда заключается в том, что он твердо стоял на следующей позиции: психическими проявлениями управляют определенные правила и причинно-следственные структуры.
- В эпоху, которая поклонялась рассудку и отрицала значение и власть эмоций, Фрейд открыл, что мы прежде всего существа не рациональные, а управляемые могущественными эмоциональными силами, происхождение которых часто не осознается.





Психоаналитический подход

- Фрейд разработал свои теоретические принципы на основе физических и биологических допущений. Основные побуждения проистекают из соматических(телесных) источников
- Энергия либидо производится из физической энергии; реакции на состояние напряжения бывают как психического, так и физического плана.
- Тело есть основа для жизненных проявлений. «Фрейд продолжал обращаться к биологическим допущениям, чтобы подтвердить свою личную убежденность в том, что он окончательно создал универсальную, обоснованную теорию человеческого мышления и поведения» (Саллоуэй (Salloway), 1979, p. 419).



Психическая структура личности

- З.Фрейд предложил три основные структурные компоненты психической организации:
- *ид* (Id, «оно»),
- *эго* (Ego, «Я»)
- *суперэго* (Superego, «Сверх-Я»).





Ид («Id», «оно»),

- **Ид** — исходная суть для остальных проявлений личности. Оно является биологическим по своей природе и содержит в себе источник энергии для всех инстанций в структуре личности.
- Другие области сознания развивались исходя из ид, но само по себе ид примитивно и неорганизовано.
«Инстинкт может только хотеть»
- Ид не модифицируется по мере развития и достижения зрелого возраста. Ид не меняется под воздействием жизненного опыта, так как оно не находится в контакте с внешним миром. Его задача заключается в ослаблении состояния напряжения, усилении удовольствия и доведении до минимума состояний дискомфорта.



ЭГО

- **Эго** — структурный компонент психики, который находится в контакте с реальностью внешнего мира. Оно развивается из «ид» по мере того, как ребенок начинает осознавать свою собственную индивидуальность, удовлетворять и умиротворять повторяющиеся требования ид.
- Задача **Эго** заключается в обеспечении жизнеспособности личности, безопасности и здоровой психики. Фрейд постулировал, что эго имеет особые функции по отношению как к внешнему миру, так и к внутреннему, чьи побуждения оно старается удовлетворить.
- Эго символизирует разум и здравый смысл, тогда как ид символизирует необузданные страсти» (Freud, 1933).



Тревожность

Прототипические ситуации, вызывающие тревожность ЭГО:

- Потеря желаемого объекта
- Потеря любви
- Потеря личности (себя)- «потеря лица», публичное осмеяние
- Потеря любви к себе (под влиянием Супер-Эго)
- **Виды тревожности ЭГО:**
 - реалистическая тревога перед лицом внешнего мира,
 - моральная тревога, относящаяся к суперэго,
 - невротическая тревога, относящаяся к сильным душевным волнениям, исходящим от ид» (Freud, 1933).



Способы ослабления тревоги

- Первый способ ослабления тревоги: непосредственно рассмотреть ситуацию. Мы преодолеваем препятствия, или сталкиваемся с неприятностями лицом к лицу, или избегаем их, тем самым разрешая свои проблемы, или же вступаем с ними в соглашение для того, чтобы свести к минимуму их воздействие.
- Второй способ защиты от состояния тревоги искажение или отрицание самой реальной ситуации. Это может защищать индивид в целом от угрозы, фальсифицируя природу угрозы. Способы, с помощью которых совершаются искажения, названы защитными механизмами (психологическими защитами)



Суперэго

- Последний компонент структуры личности образуется не из ид, а из эго.
- **Суперэго** служит судьей или цензором поступков и мыслей эго. Это хранилище моральных норм, стандартов поведения и тех образований, которые формируют запреты для личности.
- Фрейд описал три функции суперэго: совесть, самонаблюдение и формирование идеалов.
- Суперэго похоже на тайный департамент полиции, безошибочно определяющий любые тенденции со стороны запретных влечений, особенно агрессивного плана, и безжалостно карающий человека, если присутствуют любые из этих тенденций» (Horney, 1933, p. 211)

Суперэго

- Суперэго разрабатывает, развивает и утверждает моральные нормы личности.
- «Суперэго ребенка в действительности базируется не на образах родителей, а на их суперэго.
- Содержание его — то же самое, оно служит сохранению традиций и устойчивой системы ценностей, передающихся из поколения в поколение» (1933, р. 39).
- Ребенок поэтому узнает не только реальные жизненные ограничители в любой ситуации, но также нравственные убеждения родителей,





Психосексуальные стадии развития ребенка

- По мере того как младенец становится ребенком, ребенок — подростком, а подросток — взрослым человеком, происходят характерные изменения в том, что является предметом желания и как эти желания удовлетворяются. Эти сменяющие друг друга способы получения удовольствия и физические аспекты удовольствия представляют собой основные элементы в описанных Фрейдом фазах развития.
- Фрейд использовал термин **фиксация** для описания того, что имеет место в том случае, когда человек не развивается нормально от фазы к фазе, а остается на какой-то определенной фазе развития. Человек, фиксированный на определенной фазе, имеет тенденцию искать удовлетворение своих потребностей более простыми способами, скорее как ребенок, чем как взрослый человек при нормальном развитии.





Оральная Фаза

- Оральная фаза начинается с момента рождения, когда и потребности, и их удовлетворение предполагают участие губ, языка и, немного позднее, зубов.
- Основной стимул младенца не социальный и не межличностный: просто получить пищу и ослабить состояние напряжения от голода и жажды.
- Во взрослом состоянии существует множество усовершенствованных привычек и сохраняется интерес к поддержанию оральных удовольствий. Поглощение пищи, сосание, жевание, курение, кусание, облизывание или чмоканье губами являются физическими выражениями этих интересов. Те, кто постоянно грызет что-то, курильщики и те, кто часто переедает, могут быть частично фиксированными на оральной фазе; это люди, чье психологическое созревание (в рамках концепции Фрейда), возможно, не завершено.



Оральная Фаза

- Поздняя оральная фаза, после того как у ребенка появляются зубы, содержит в себе удовлетворение агрессивных инстинктов. Кусание груди, вызывающее у матери боль и приводящее к фактическому удалению от груди, является примером этого рода.
- Сарказм взрослого, вырывание силой чьей-то пищи и сплетничество описываются как имеющие отношение к этой фазе развития.
- Сохранение некоторого интереса к оральным удовольствиям — это нормальное состояние.
- Оральное удовлетворение может рассматриваться как патологическое в том случае, если это доминирующий способ удовлетворения, то есть если человек зависит от оральных привычек для ослабления состояния беспокойства или напряжения.





Анальная Фаза

- По мере того как ребенок растет, в осознание вносятся новые зоны напряжения и удовлетворения. В возрасте между двумя и четырьмя годами ребенок в основном учится управлять анальным сфинктером и мочевым пузырем. Ребенок уделяет особое внимание мочеиспусканию и дефекации.
- Обучение туалетным навыкам вызывает естественный интерес к самоузнаванию. Повышение физиологического контроля приводит к росту самооценки, дети быстро учатся тому, что возрастающий контроль приносит им внимание и похвалы со стороны родителей
- Характерные черты взрослого человека, связанные с частичной фиксацией на анальной фазе, — это аккуратность, бережливость и упорство. Фрейд заметил, что эти три черты характера обычно бывают заложены одновременно. Он упоминает сочетание «анальный характер», при котором манеры поведения тесно связаны с тяжелыми переживаниями, испытанными во время этого периода в детстве.



Фаллическая фаза

- Начиная с трехлетнего возраста ребенок переходит в фаллическую фазу развития, которая сфокусирована на гениталиях. В этот период ребенок пытается осознать, специфику своих гениталий. Это первая фаза, в которой дети начинают понимать различия полов.
- во время этого периода как у мужчин, так и у женщин развиваются страхи, связанные с сексуальными проблемами.





Латентный период

- Латентный период- фаза, длящаяся с 5 или 6 лет и до начала подросткового возраста, Это время, когда неразрешенные сексуальные желания фаллической фазы не рассматриваются эго, а успешно подавляются суперэго.
- В этот период закладываются такие основы в структуре эго, как стыд, отвращение и нравственное поведение, предназначенные для противостояния бурям периода половой зрелости и управления недавно пробудившимися сексуальными желаниями
- Как для родителей, так и для детей это относительно спокойный, небогатый событиями период («классический период детства»).





Генитальная фаза

- Генитальная фаза -заключительный этап биологического и психологического развития,имеет место с наступлением половой зрелости
- Теперь мальчики и девочки осознают свои сексуальные различия и начинают искать пути удовлетворения своих эротических и межличностных запросов. Фрейд полагал, что гомосексуализм на этой стадии есть результат отсутствия адекватного развития и что гетеросексуальность есть свойство здоровой личности





Психологические защиты/описаны дочерью З. Фрейда, известным исследователем Анной Фрейд/

- Согласно разработанной Фрейдом структуре личности,
- Психологические защиты рассматриваются как бессознательные, приобретенные в процессе развития личности способы достижения компромисса (адаптации) между противодействующими силами Оно(ИД) или Сверх-Я (Супер-Эго), а также внешней действительностью.
- Механизмы П. з. направлены на уменьшение тревоги, вызванной внутриличностным конфликтом, и представляют собой специфические бессознательные процессы, с помощью которых «Я» пытается сохранить интегративность и адаптивность личности.



- **Вытеснение** — активное недопущение в сферу сознания или устранение из нее болезненных, противоречивых чувств и воспоминаний, неприемлемых желаний и мыслей.
- **Подавление** (более сознательное, чем при вытеснении, избегание тревожащей информации, отвлечение внимания от осознаваемых аффектогенных импульсов и конфликтов,
- **Отрицание** (непризнание, отвергание ситуаций, конфликтов, игнорирование болезненной реальности, фактов).





Психологические защиты

- **Рационализации** проявляется в псевдообъяснении , собственных неприемлемых или невыполнимых желаний, убеждений и поступков, интерпретации по-своему различных личностных черт (агрессивности как активности, безразличия как независимости, скупости как бережливости и т. д.) с целью самооправдания, так как осознание истинного их содержания может привести к снижению чувства собственной ценности, повышению тревоги и другим отрицательным переживаниям.
- **Интеллектуализация**- вступает в действие контроль над эмоциями и импульсами путем преобладания размышления, рассуждения по их поводу вместо непосредственного переживания. Характерным признаком является «объективное» отношение к ситуации, чрезмерно рассудочный способ представления и попытки решения конфликтных тем без ощущения связанных с ситуацией аффектов.



Психологические защиты

- **Формирование реакции (реактивное образование)** характеризуется совладением с неприемлемыми импульсами, эмоциями, личностными качествами посредством замены их на противоположные (например, человек с вытесняемой враждебностью по отношению к окружающим неосознанно принимает установку и поведение человека послушного и уступчивого).
- **Смещение (замещение, компенсация)** проявляется в том, что реальный объект, на который могли быть направлены негативные чувства, заменяется более безопасным (например, сдерживаемая агрессия больного в отношении авторитетного лица перемещается на других, зависимых от него людей).
- **Проекция** - происходит приписывание человеком непризнаваемых собственных мыслей, чувств и мотивов другим людям.





Психологические защиты

- **Идентификация**- человек отождествляет себя с более сильной личностью, в частности, имитируя агрессивную или дружелюбную манеру поведения в зависимости от ассоциируемых с этим человеком чувств страха или любви.
- **Сублимация**, -преобразование энергии инстинктивных влечений в социально приемлемую активность.
- **Механизм разрядки отрицательного эмоционального напряжения.** К нему относится защитный механизм реализации в действии (acting out), при котором аффективная разрядка осуществляется посредством активации экспрессивного поведения. Этот механизм может составлять основу развития психологической зависимости от алкоголя, наркотиков и лекарств, а также суицидальных попыток, агрессии и др.





Психологические защиты

- **Регрессия**- происходит возвращение к более ранним, инфантильным личностным реакциям, проявляющимся в демонстрации беспомощности, зависимости, детскости поведения с целью уменьшения тревоги и ухода от требований реальной действительности. ,
- **Фантазирование** (в функции манипуляции)- человек, приукрашивая себя и свою жизнь, повышает чувство собственной ценности и контроль над окружением. ,
- **Уход в болезнь**- человек отказывается от ответственности и самостоятельного решения проблем, оправдывает болезнью свою несостоятельность, ищет опеки и признания, играя роль больного.
- **Общим для всех психологических защит является их бессознательный характер и неэффективность попыток реального решения проблем на их основе.**



Для размышления. Регрессивное поведение

- *Для размышления. Регрессивное поведение*
- Регрессия — это примитивный способ преодоления трудностей. Хотя она и уменьшает тревогу, но часто оставляет источник беспокойства нетронутым. Просмотрите следующий обширный перечень регрессивных действий, предлагаемый Калвином Холлом (Calvin Hall).
- Нет ли в нем каких-либо моделей поведения, свойственных вам?





Регрессия

- Даже здоровые, легко адаптирующиеся люди время от времени предаются регрессии, с тем чтобы уменьшить тревогу или, как они говорят, выпустить пар.
- Они курят, напиваются, слишком много едят, выходят из себя, кусают ногти, ковыряют в носу, нарушают законы, по-детски лепечут, ломают вещи, мастурбируют, читают мистические рассказы, ходят в кино, совершают сексуальные похождения, жуют резинку, одеваются как дети, водят машину слишком быстро и неосторожно, верят в добрых и злых духов, любят вздремнуть, дерутся и убивают друг друга, делают ставки на ипподроме, мечтают, бунтуют против власти или покорно ей подчиняются, играют в азартные игры, вертятся перед зеркалом, следуют своим импульсам, находят себе козлов отпущения и предаются тысяче иных детских занятий.



Регрессия

- Некоторые из этих типов регрессии настолько распространены, что их принимают за признаки зрелости. В действительности же все это формы регрессии, к которым прибегают взрослые (1954, р. 95-96).
- Согласны ли вы, что все модели поведения в перечне Холла действительно регрессивны?





Варианты развития психоанализа

Доналд Уинникотт

- **Доналд Уинникотт(Винникотт) (1896—1971).**
- Уинникотт имел хорошую возможность наблюдать младенцев и их матерей, поскольку перед тем, как стать психоаналитиком, он работал педиатром. Он говорил, что в период своей работы в одной из лондонских больниц ему пришлось видеть не менее шести тысяч младенцев и их матерей
- С психологической точки зрения развитие «я» младенца происходит успешно только в любящей, игровой и, самое главное, зеркальной (отражающей) среде, создаваемой вниманием матери.





Д.Винникотт

- Задержка развития у взрослых может быть объяснена дефицитом материнского внимания в младенчестве.
- **Известность получили ряд понятий, введенных в практику Д.Винникоттом:**
- **достаточно хорошая мать** (good enough mother) (1971).

обязанность матери создать среду, в которой ребенок сможет выработать с течением времени истинное и аутентичное ощущение себя. чтобы быть достаточно хорошей, мать должна удовлетворять все основные потребности ребенка большую часть времени.



Д.Винникотт

- В этом случае у ребенка появляется ощущение «субъективного всемогущества» Это чувство всемогущества необходимо для развития «я». В результате со временем ощущение ребенком своего всемогущества уступает место чувству относительной независимости, по мере того как он учится удовлетворять собственные потребности.
- ранний успех ребенка в выражении себя внутри отношений «мать—младенец» приводит в действие ощущение эффективности и аутентичности себя как взрослого.



Д.Винникотт

- Когда все усилие младенца получает признание, развивается истинное «я»; однако, когда ребенок не ощущает своей эффективности, он чувствует себя беспомощным и начинает приспосабливаться к потребностям матери, чтобы получить желаемое. В этом случае у него выработается **ложное «я»** (все свои желания и действия ориентированы прежде всего реакцией окружающих.)





Д.Винникотт

- Основу другой широко признанной концепции Винникотта составляет то, что он назвал **переходными объектами** (transitional objects), или **переходными феноменами**
- Распространенными примерами здесь являются старое одеяло или игрушечный медвежонок к которым ребенок часто бывает страстно привязан.



Переходные объекты

- Мы не совершаем прыжок от совершенно неоформленного ощущения «я» к полностью сформированному «я». Необходимы какие-то переходные звенья. Они имеют место в области, лежащей между «реальным» внешним миром и чисто субъективным внутренним миром, состоящим из ощущения бытия и фантазий.
- Переходный объект — та точка, где встречаются эти два мира, где внутренний субъективный мир находит внешнюю форму.
развитие ребенка идет от абсолютной зависимости его от матери через относительную зависимость к состоянию «нацеленности на независимость».
- Развитие «я» младенца будет благополучным только в игровой, любящей и, самое главное, отражающей среде, создаваемой вниманием матери (или основного опекуна).





Индивидуальная психология А.Адлера

- Вывод Адлера о том, что **цели и ожидания больше влияют на поведение человека, чем впечатления прошлого**, был главной причиной его расхождения с Фрейдом. Адлер полагал также, что люди руководствуются прежде всего целью достижения превосходства или завоевания окружающей среды.
- Работу Адлера можно рассматривать как опровержение социального дарвинизма, который декларирует выживание наиболее приспособленных и исчезновение неприспособленных.
- Согласно Адлеру, органическая неполноценность может подтолкнуть нас к большим достижениям, вместо того чтобы неминуемо вызвать поражение в жизненной борьбе.



Стремление к превосходству

- Ребенок, говорил Адлер, старается стать сильным и утвердить свою власть над другими.
- Главный биологический факт для Адлера — это не инстинктивное сексуальное поведение ребенка, а то, что ребенок чувствует себя маленьким и беспомощным в мире взрослых.
- Ранние попытки детей адаптироваться к окружающей среде приводят к тому, что они выбирают превосходство над другими в качестве способа обрести самоуважение и достигнуть успеха.





Неполноценность и компенсация.

- Адлер писал как врач, занимаясь преимущественно физиологическими процессами.
- Он высказал предположение, что у каждого индивидуума существуют определенные слабые места — органы, особенно подверженные болезням. однако органическая слабость может быть преодолена с помощью усердной тренировки и упражнений.
- Фактически слабый орган можно развить до такой степени, что он станет самой главной силой человека.
- Адлер писал: «Почти у всех выдающихся людей мы можем найти какой-либо органический недостаток, и это производит впечатление, что они болезненно переживали собственную неполноценность в начале жизни, но боролись и преодолели свои затруднения» (1931, р. 248). «Важно не то, с чем человек родился, а то, как он этим распоряжается» (Adler, 1964b, р. 86).



Комплекс неполноценности

- Адлер расширил свое исследование органической неполноценности до изучения **психологического чувства неполноценности**. Он придумал термин **комплекс неполноценности** (inferiority complex).
- Согласно Адлеру, на детей глубоко воздействует сознание ими собственной неполноценности, которое является неизбежным следствием размеров ребенка и отсутствия у него власти.
- Борьба за достижение власти — это ранняя детская компенсация чувства неполноценности.





Борьба против неполноценности

- «Чувство неполноценности само по себе не является ненормальным. Оно — причина всех улучшений в положении человечества» (Adler, 1956, p. 117).
- Умеренное чувство неполноценности может подтолкнуть личность к конструктивным достижениям. Однако глубокое осознание своей неполноценности препятствует позитивному росту и развитию:
- Прогресс есть результат наших стараний компенсировать чувство неполноценности. Это чувство подталкивает нас к более значительным достижениям.





Агрессия и воля к власти

- Адлер рассматривал агрессию и волю к власти как проявления более общего мотива — цели достичь превосходства или совершенства, то есть стремления улучшить себя, развить свои способности и возможности.
- Адлер считал, что все здоровые индивидуумы руководствуются стремлением к совершенствованию, к постоянному улучшению:
- «Стремление к совершенствованию является врожденным в том смысле, что оно — часть жизни, побуждающая сила, нечто, без чего жизнь была бы немыслима» (1956, р. 104).





Социальный интерес

- Стремление к превосходству может принимать как позитивное, так и негативное направление. Если это стремление связано с социальным интересом и заботой о благополучии окружающих, оно развивается в конструктивном и здоровом направлении. Личность, ведомая такой целью, старается расти, развивать свои навыки и возможности, стремится к конструктивному образу жизни.





Стремление к личному превосходству

- Однако некоторые люди ищут *личного* (personal) превосходства, стараясь ощутить его, подчиняя себе других, вместо того чтобы становиться более полезными для окружающих.
- Для Адлера стремление к личному превосходству есть невротический симптом, результат сильного чувства неполноценности и отсутствия социального интереса.
- Личное превосходство обычно не приносит признания и личного удовлетворения, которого ищет человек.





Жизненные цели.

- Личность вырабатывает специфическую **жизненную цель**, используя ее в качестве ориентира.
- На жизненную цель человека влияют его личный опыт, его ценности, склонности и личные свойства.
- Жизненная цель не есть ясная и осознанная цель.
- Формирование жизненных целей начинается в детстве как компенсация чувства неполноценности незащищенности и беспомощности в мире взрослых



Жизненные цели.

- Жизненные цели обычно служат защитой от чувства бессилия, мостом из неудовлетворяющего настоящего в яркую, подвластную нам, полноценную будущую жизнь.
- Потом, когда мы становимся взрослыми, у нас могут появиться четкие, логические причины для нашего выбора карьеры.
- Однако жизненные цели, которые руководят нами и побуждают нас к действию, формируются в раннем детстве и остаются скрытыми от сознания. В качестве примера Адлер указывал на то, что многие врачи, как и он сам, выбирают свою карьеру в детстве, надеясь таким образом совладать со своими опасениями относительно смерти.



Жизненные цели

- Жизненные цели — всегда нечто нереалистичное, и они могут быть невротически преувеличены, если чувство неполноценности слишком сильно.
- Для невротика обычно существует огромная пропасть между сознательно поставленными целями и саморазрушительными жизненными целями, поставленными бессознательно. Фантазиям о личном превосходстве и самоуважении уделяется больше внимания, чем целям, приводящим к реальным достижениям.
- Адлер любил задавать своим пациентам вопрос: «Что бы вы делали, если бы у вас не было этой проблемы?» По ответам на него он обычно обнаруживал, чего стремился избежать пациент, прячась за симптомы своего заболевания.





Жизненные цели

- Жизненные цели определяют направление и конечную цель нашей деятельности, позволяют стороннему наблюдателю объяснить конкретные аспекты нашего мышления и поведения с точки зрения этих целей.
- Адлер указывал, что черты характера не являются ни врожденными, ни неизменяемыми, они вырабатываются как интегральные части нашей целевой ориентации
- Например, тот, кто стремится к превосходству, добиваясь личной власти, вырабатывает в себе различные необходимые для достижения этой цели свойства, такие, как честолюбие, зависть, недоверие.





Практикум осознания и понимания жизненных целей

- *Для размышления. Понимание целей*
- Чтобы разобраться, как ваша повседневная деятельность относится к вашим жизненным целям, попробуйте выполнить следующее упражнение.
- Отведите на это упражнение 15 минут. Сядьте, возьмите 4 листа бумаги, карандаш или ручку. Напишите сверху на первом листе: «Каковы мои цели в жизни?» Потратьте 2 минуты, чтобы ответить на этот вопрос. Пишите все, что приходит вам в голову, каким бы общим, абстрактным или тривиальным это ни казалось. Вы можете включить сюда личные, семейные, карьерные, социальные, общественные или духовные цели. Дайте себе еще 2 минуты, чтобы просмотреть весь список и сделать дополнения и исправления. Отложите первый лист в сторону.





Практикум осознания и понимания жизненных целей

- Возьмите второй лист и напишите вверху: «Как бы я хотел провести следующие три года?» Потратьте 2 минуты, чтобы ответить на этот вопрос. Потратьте еще 2 минуты на то, чтобы просмотреть список. Этот вопрос должен помочь вам выявить ваши цели более отчетливо, чем первый. Отложите в сторону и этот список.
- Чтобы увидеть свои цели с другой точки зрения, напишите на третьем листе: «Если бы я знал, что мне осталось жить 6 месяцев, начиная с сегодняшнего дня, как бы я их прожил?» Этот вопрос нужен, чтобы выявить, что важно для вас, но о чем вы до сих пор даже не задумывались. Снова потратьте на ответы 2 минуты и еще 2 минуты на то, чтобы проверить список, и отложите лист в сторону.



Практикум осознания и понимания жизненных целей

- На четвертом листе выпишите 3 цели, которые считаете наиболее важными из всех перечисленных.
- Сравните все четыре списка. Есть ли темы, проходящие красной нитью через все разнообразие ваших желаний? Не принадлежат ли все ваши цели к одной категории, например социальной или личной? Появляются ли какие-то цели во всех трех первых списках? Не отличаются ли цели, которые вы выбрали как самые важные, от остальных перечисленных вами целей?





Практикум осознания и понимания жизненных целей

- Хотя этот метод и не раскрывает целиком неосознанные жизненные цели, о которых говорил Адлер, он может помочь вам понять взаимоотношения между вашими целями и вашей повседневной деятельностью. Полезно повторять это упражнение каждые 6 месяцев, чтобы увидеть, какие изменения произошли за это время (adapted from: Lakein, 1974).





Жизненный стиль

- Адлер подчеркивал необходимость анализировать личность как единое целое.
- **Жизненный стиль** — это уникальный способ достижения своих целей, избираемый личностью. Это комплекс средств, позволяющих приспособиться к окружающей действительности.
- Мозак (Mosak) (1989) перечислил следующие основные составляющие жизненного стиля:
 - «1. *Я-концепция* — представление человека о себе, кто он есть.
 - 2. *Идеал себя* — мнение о том, каким он должен быть. (Адлер развивал эту концепцию в 1912 году.)
 - 3. *Образ мира* — представления о таких вещах, как мир, люди и природа, а также о том, что мир требует от человека.
 - 4. *Этические убеждения* — личный этический кодекс.»



Схема апперцепции

- Как часть жизненного стиля, личность вырабатывает представление о себе и о мире.
- Адлер назвал эти представления **схемой апперцепции** (schema of apperception). **Апперцепция** — это психологический термин, который относится к восприятию (perception), включая субъективную интерпретацию того, что мы получаем посредством чувств.
- «Вы находите то, что вы планировали найти» (Adler, 1964 b, p. 100).
- Адлер подчеркивал, что это — личная концепция мира, определяющая поведение человека. Если некто верит, что моток веревок в темном углу — змея, то его страх может быть таким же сильным, как если бы змея там и в самом деле была.





Схема апперцепции

- Адлер напоминал, что «наши чувства получают не реальные факты, а лишь субъективный образ их, отражение внешнего мира» (1956, р. 182).
- Схема апперцепции имеет свойство усиливать сама себя. Например, если мы боимся, мы более склонны замечать угрозы в окружающем мире и тем самым усиливаем нашу изначальную веру в то, что окружающий мир угрожает нам.





Зависимость поведения от скрытых целей

- Ключ к пониманию поведения человека находится в скрытых целях, которыми он руководствуется.
- Эти цели простираются далеко за рамки внешних фактов и ситуаций, например, если я считаю, что мой отец плохо обращался со мной в детстве, и возлагаю на это вину за свою неудавшуюся жизнь, в то время как я сам дирижирую своими поражениями.
- Неважно, как со мной в действительности обращались. Моя вера в то, что меня подавляли, — психологическая правда.
- Далее я превращаю плохое обращение в реальность, подходящую для оправдания стиля жизни, выбранного мной, — жизни неудачника.



Становление личности ребенка

- К концу пятого года жизни личность ребенка кристаллизуется.
- Значение, которое он придает жизни, цель, которую он преследует, способ ее добиваться и его эмоциональные склонности — все фиксируется.
- Он может это изменить в дальнейшем, но только если освободится от ошибки, допущенной во время детской кристаллизации.



- Центральным в позднейшей работе Адлера является понятие **социального интереса** (social interest).
- Под социальным интересом Адлер понимал «чувство солидарности, связанности человека с человеком... расширенное значение „чувства товарищества в человеческом обществе“» (Wolf in: Adler, 1928, p. 32n). *Чувство общности* (community feeling) касается участия, которое мы принимаем в делах других людей, не просто ради достижения собственных целей, но из «интереса к интересам» других.





Социальный интерес

- «Все неудачники... есть результат недостаточного развития социального интереса. Все они неконтактные, одинокие существа, которые в большей или меньшей степени идут по жизни отдельно от всего остального мира, существа более или менее асоциальные, если не сказать антисоциальные» (Adler, 1964 b, p. 90).
- Более точным переводом оригинального немецкого термина *Gemeinschaftsgefühl* могло бы служить понятие «общественные чувства» (community feelings).





Способность к сотрудничеству

- Один из важных аспектов социального интереса — формирование способности сотрудничать.
- С эволюционной точки зрения способность взаимодействовать в добывании пищи, охоте и защите от хищников была решающим фактором для выживания человеческой расы и наиболее эффективной формой адаптации к окружающей среде.
- Адлер считал, что только взаимодействуя друг с другом, принося пользу обществу, мы можем преодолеть нашу реальную неполноценность или наше чувство неполноценности





Способность к сотрудничеству

- С другой стороны, недостаток взаимодействия и, в результате, чувство собственной несостоятельности и недовольства жизнью есть корень всех невротических или неадаптивных (maladaptive) жизненных стилей. «Если человек взаимодействует с другими, — писал Адлер, — он никогда не станет невротиком» (1964 b, p. 193).
- Адлер рассматривал три главные жизненные задачи (life tasks), стоящие перед человеком: **работу, дружбу и любовь**. Эти задачи определяются основными условиями человеческого существования
- **Работа** включает в себя деятельность, полезную для общества, а не просто те занятия, которые приносят доход. По Адлеру, работа приносит чувство удовлетворения и самоуважения только тогда, когда она полезна для остальных.





Работа, дружба, любовь как три главные жизненные задачи

- **Дружба** обусловлена нашей принадлежностью к человеческой расе и необходимостью постоянно приспосабливаться к другим существам нашего вида и взаимодействовать с ними. Дружеские отношения позволяют обзавестись жизненно важными связями, так как ни один индивидуум не может быть привязан к обществу абстрактно. Дружеские, совместные усилия есть важный элемент конструктивной работы.
- **Любовь** рассматривается Адлером в смысле гетеросексуальной любви. Она приводит к близкому взаимодействию на физическом и ментальном уровне и порождает высокую степень сотрудничества между людьми противоположных полов.



Работа, Дружба , Любовь как три главные жизненные задачи

- Любовь возникает из интимных отношений, которые необходимы для продолжения нашего рода.
- Тесные узы семейных отношений требуют от нас величайшей способности взаимодействовать с другим человеческим существом, а успешный, счастливый брак создает наилучшую обстановку для воспитания в детях общительности и социального интереса.





Препятствия для роста и развития человека

- **Препятствия росту.**
- Обсуждая главные препятствия для роста и развития человека, Адлер прежде всего отмечал три негативных обстоятельства, связанных с детством: **органическую неполноценность, избалованность и заброшенность.**
- Дети, перенесшие серьезные заболевания, часто становятся крайне эгоцентричными. Из чувства неполноценности и неспособности успешно конкурировать с другими детьми они избегают любого социального взаимодействия. Однако те дети, которые преодолевают свои затруднения, могут, компенсируя свою изначальную слабость, развить способности до уровня выше обычного.



Избалованность

- Избалованные или испорченные дети также испытывают трудности в развитии социального интереса и способности сотрудничать с другими людьми. Они теряют уверенность в своих способностях, потому что другие всегда делали за них то, что они могли бы сделать сами. Вместо того чтобы взаимодействовать с другими, они предъявляют односторонние требования к друзьям и семье. Социальный интерес у них обычно минимален, и, как обнаружил Адлер, избалованные дети чаще всего не испытывают особенно теплых чувств к своим родителям, которыми хорошо манипулируют.





Заброшенность

- **Заброшенность** — третья причина, которая может осложнить развитие ребенка. Заброшенные или нежеланные дети не знали любви, не видели сотрудничества в своем доме, и поэтому им необыкновенно трудно развить в себе эти качества.
- У таких детей нет уверенности в своей способности приносить пользу и завоевывать признание и уважение окружающих. Вырастая, они обычно становятся холодными и жесткими людьми.



Заброшенность

- «Черты нелюбимых детей в их наиболее развитой форме можно наблюдать, изучая биографии всех величайших врагов человечества. Здесь сразу бросается в глаза то, что, когда они были детьми, с ними плохо обращались взрослые. Поэтому они развили в себе жесткость характера, зависть и ненависть; они не могут выносить, когда другие счастливы» (Adler, 1956, p. 371).





- В 1913 году Адлер и его группа опубликовали работу об адлеровском подходе к неврозам (Bottome, 1957)./**Неврозы (Neurosis) по З.Фрейду** -неадекватные и навязчивые формы поведения, образовавшиеся в результате подавления влечений в сдерживающем окружении/.
- Его основные пункты сводятся к следующему:
- 1. Любой невроз можно понимать как попытку преодолеть чувство неполноценности и достичь чувства состоятельности.
- 2. Невроз изолирует личность, так как уводит ее от социальной деятельности и от решения проблем реальной жизни.
- 3. Отношения невротической личности с окружающими строго лимитированы сочетанием суперчувствительности и нетерпимости.
- 4. Оторванный от реальности невротик склонен жить в мире воображения и фантазии, избегая ответственности и служения обществу.
- 5. Болезнь и страдания заменяют собой изначальную, здоровую цель добиться превосходства.

- 6. Невроз представляет собой попытку освободиться от всех ограничений, налагаемых обществом, путем создания *вынужденного ответа* (counter-compulsion). Он может принимать форму приступов беспокойства, сонливости, вынужденных действий, галлюцинаций, ипохондрии и т. д.
- 7. Даже логическое мышление испытывает влияние вынужденного ответа.



- 8. Способность логически мыслить, любить, испытывать сострадание, воля к жизни — все возникает на фоне социального образа жизни. Невротическая изоляция и стремление к власти направлены против этих качеств.
- 9. Невротик постоянно ищет личной власти и личного престижа, предлога для оправдания своего ухода от решения проблем реальной жизни и, следовательно, никогда не развивает в себе социальный интерес.
- 10. Чтобы излечить невроз, терапевт помогает человеку полностью изменить мировоззрение, которое является результатом воспитания, и тем самым дает пациенту возможность стать активным членом общества, включенным в социальную жизнь.





Карл Густав Юнг и аналитическая психология

Родился в Швейцарии 26 июля 1875 года. Умер 6 июня 1961 года в возрасте 86 лет.

Учился и считал себя учеником З.

Фрейд считал Юнга своим научным преемником.

. Между ними произошел философский и личный разрыв, когда Юнг опубликовал «Символы трансформации» (1912), где оспаривались некоторые из основных идей Фрейда. Например, Юнг считал либидо генерализованной психической энергией, тогда как Фрейд был тверд в убеждении, что либидо — энергия сексуальная.

- Юнгом была сформулирована теория личного и коллективного бессознательного. Личное бессознательное состоит из забытых воспоминаний, подавленного опыта и сублимированных восприятий. Такая концепция сродни фрейдовскому понятию бессознательного.
- Содержание коллективного бессознательного, известного также как безличное или трансперсональное бессознательное, является универсальным и не имеет корней в нашем личном опыте. Эта концепция является, вероятно, величайшим отступлением Юнга от Фрейда и его наиболее значительным вкладом в психологию





Теория типов личности, разработанная Юнгом

- Два основных аттитюда (**интроверсия и экстраверсия**) и четыре функции — мышления, чувств, интуиции и ощущений.
- Интроверсия и Экстраверсия: Юнг обнаружил, что индивидов можно характеризовать как внутренне или внешне ориентированных.
- Интроверту комфортнее с внутренним миром мыслей и чувств,
- Экстраверт чувствует себя «в своей тарелке» в мире объектов и других людей.





Интроверсия и Экстраверсия

Нет чистых интровертов или чистых экстравертов.

Юнг сравнивал эти два способа поведения с сердцебиением: есть ритмическое чередование между циклами сокращения (интроверсия) и циклами расширения (экстраверсия).

Тем не менее каждый индивид предпочитает один или другой аттитюд и чаще действует в ключе предпочитаемого аттитюда.



- Самое лучшее — быть гибким и использовать более подходящий к ситуации аттитюд, то есть действовать в ключе динамического баланса между ними и не развивать фиксированные, ригидные способы ответа миру.
- Интроверты интересуются в основном своими мыслями и чувствами и, находясь в своем внутреннем мире, могут потерять соприкосновение с миром внешним. Типичный тому пример — рассеянный профессор.
- «Тот способ, который подтверждается опытом, и будет вашим собственным, т. е. истинным выражением вашей индивидуальности» (Jung in: Serrano, 1966, p. 83).





- Экстраверты активно включены в мир людей и вещей; они, как правило, более социальные и более осведомлены о том, что происходит в мире вокруг них. Они нуждаются в том, чтобы защищать других, доминируя благодаря внешним обстоятельствам. Но от внутреннего мира они отчуждены. Жестко себя ведущие представители деловых кругов, не понимающие человеческих чувств и отношений, являются классическим примером несбалансированной экстраверсии.
- Интроверты видят мир в том ключе, в каком он влияет на них, тогда как экстраверты больше связаны со своим воздействием на мир.



Функции: мышление, чувства, ощущения, интуиция.

- Юнг обнаружил, что различные люди думают, чувствуют, получают опыт общения с миром фундаментально различными способами. Его теория типов стала мощным инструментом, помогающим нам понять, как живут другие.
- Юнг идентифицировал четыре фундаментальные психологические функции: мышление, чувства, ощущения, интуицию. Любая из них существует в интровертной или экстравертной форме. У каждого человека одна из функций является более осознанной, развитой и доминирующей. Юнг назвал эту функцию **превосходящей** и считал, что она действует из доминантного аттитюда (экстраверсии или интроверсии), а одна из трех оставшихся функций уходит глубоко в бессознательное и менее развита.



Мышление и чувства

- Мышление и чувства являются альтернативными способами формирования мнения, принятия решений и развития различных отношений.
- *Мышление* связано с объективной реальностью, со взглядами и объективным анализом. Мышление задает вопросы: «Что это значит?». Для него очень ценны содержание и общие принципы.
- Мыслительные типы (те индивиды, в ком доминирует мыслительная функция) — прекрасные составители планов; они стремятся следовать своим планам и абстрактным теориям даже тогда, когда те опровергаются новыми доказательствами.



- Чувства фокусируются на ценности. Она может включать в себя взгляды на то, что хорошо и что плохо, что верно и что неверно, противопоставляемые желанию мышления действовать согласно логическим критериям.
- Чувство задает вопрос: «Насколько это ценно?».





Ощущения и интуиция

- Юнг классифицировал ощущения и интуицию, объединив их как способы сбора информации, в отличие от способов принятия решений. Ощущения опираются на непосредственный чувственный опыт, восприятие деталей и конкретных фактов: зрением, осязанием, обонянием. Реальный, непосредственный опыт дан прежде его обсуждения или анализа.





Ощущения и интуиция

- Ощущение задает вопрос: «Что именно я воспринимаю?»
- Ощущающий тип имеет тенденцию реагировать на непосредственную ситуацию, он эффективен и продуктивен при любых кризисах и крайностях. Он работает с инструментами и материалами лучше, чем это делает любой другой тип.





Ощущения и интуиция

- Интуиция является способом постижения сенсорной информации в терминах возможностей, прошлого опыта, будущих целей и бессознательных процессов. Интуиция задает вопрос: «Что могло бы случиться?».
- Использование опыта более важно для интуитивистов, чем актуальный опыт сам по себе.
- Люди с сильной интуицией продуцируют смыслы так быстро, что часто не могут отделить собственные интерпретации от необработанных сенсорных данных.
- Интуитивисты быстро интегрируют новую информацию, автоматически связывая с непосредственным опытом прошлый опыт и относящуюся к делу информацию. Так как сюда часто включается бессознательный материал, интуитивному мышлению свойственны и озарения, и ограничения.



- Менее развитую у индивида функцию Юнг назвал *низшей*. Она является менее осознанной, наиболее примитивной и недифференцированной. Для некоторых людей она может представлять что-то вроде демонического влияния, потому что они могут лишь в очень малой степени понять ее и совсем не могут контролировать.
- Менее представленная в сознании низшая функция может служить проводником в бессознательное. Юнг говорил, что через нашу низшую функцию — ту, которая менее развита в нас, мы видим Бога.





- Комбинация всех четырех функций выражается в четко сформированном подходе к миру:
- «Чтобы сориентироваться, мы должны иметь функцию, которая удостоверяет, что что-то находится здесь (восприятие); вторую функцию, которая устанавливает, что именно есть (мышление); третью, устанавливающую, подходит это нам или нет, хотим мы принять это или нет (чувство); и четвертую функцию, которая указывает, откуда это пришло и в каком направлении будет развиваться (интуиция)» (Jung, 1942, p. 167).



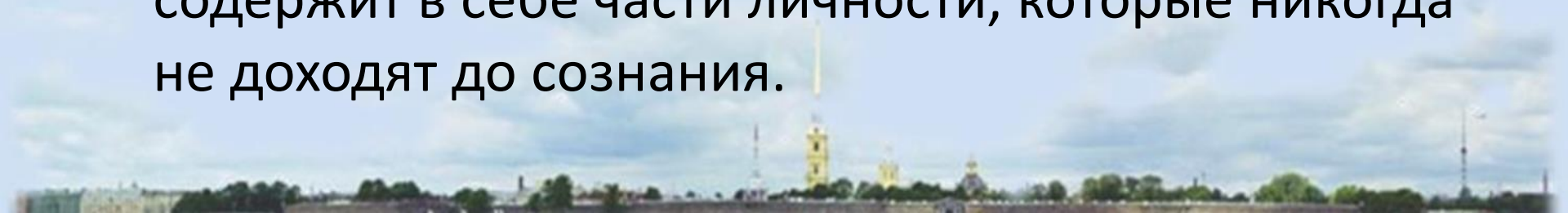
- К сожалению, ни у кого все четыре функции не развиты одинаково хорошо.
- Каждый индивид имеет одну доминантную функцию и одну частично развитую вспомогательную функцию.
- Две другие функции, в общей, бессознательны и действуют со значительно меньшей эффективностью. Развитая и осознанная, доминирующая и вспомогательная функции, их противоположности — все это уходит глубоко в бессознательное





Личное бессознательное

- *Личное бессознательное*
- Материалом для формирования личного бессознательного становится прошлое индивида. Эта формулировка аналогична фрейдовскому понятию бессознательного. Личное бессознательное состоит из болезненных и подавленных воспоминаний, а также незначительных воспоминаний, просочившихся из области сознания. Личное бессознательное содержит в себе части личности, которые никогда не доходят до сознания.





Коллективное бессознательное

- *Коллективное бессознательное* — это самое смелое и самое спорное понятие из предложенных Юнгом. Юнг идентифицирует коллективное, или трансперсональное, бессознательное с ядром всего психического материала, который не проходит через личный опыт. Его составляющие и образы появляются, распределяясь между людьми всех временных периодов и всех культур





Коллективное бессознательное

- . Некоторые психологи, например Скиннер, безоговорочно приняли, что каждый человек рождается как «чистая доска», *tabula rasa*; следовательно, психическое развитие возможно только через их личный опыт. Юнг постулирует, что психика ребенка уже хранит структуру, определяющую и каналы всего дальнейшего развития, и способы взаимодействия со средой. Эта базовая структура является, по существу, одинаковой у всех детей. Хотя мы развиваемся по-разному и становимся уникальными индивидами, коллективное бессознательное является общим для всех людей и, следовательно, едино (Jung, 1951 а).



- Архетипы — это наследуемые склонности отвечать миру определенными способами. Они являются изначальными образами, воспоминаниями об инстинктивных энергиях коллективного бессознательного.
- «*Изначальный* означает «первый» или «исходный»; следовательно, первый образ относится к самому раннему развитию психики. Человек наследует эти образы из прошлого своих предков, прошлого, которое включает всех человеческих предков, так же как и дочеловеческих, и животных» (Jung in: Hall & Nordby, 1973, p. 39).

-





АРХЕТИПЫ

- С каждым архетипом может быть связано широкое разнообразие символов. Например, архетип матери включает в себе не только реальную мать каждого человека, но также все материнские фигуры и фигуры воспитанников. Эта группа архетипа включает женщин вообще, мистические образы женщин, такие, как Венера или Девственная Мать и Мать Природа, поддерживающие и воспитывающие символы, такие, как церковь и рай. Архетип матери содержит в себе и позитивные, и негативные черты, такие, как угрожающая, доминирующая или душащая мать. В средние века, например, этот аспект архетипа выкристаллизовался в образ ведьмы.

Джозеф Кэмпбелл, ученик Юнга, намечает в общих чертах базовые архетипические темы и паттерны в историях и легендах о героях на всем протяжении истории. Несколько превосходных работ отмечают общие аспекты героического архетипа в сироте, воине, мудреце, глупце (Pearson, 1989, 1991), а также в короле, старце, волшебнике и любовнике (Moore & Gilette, 1990).

Практически во всех культурах архетипическими являются образы ребенка, старца, змеи, девушки и пр.





ЭГО

- **Эго** является центром сознания и одним из главных архетипов личности. Эго обеспечивает чувство постоянства и направления в нашей сознательной жизни. Оно противится нарушению хрупкой целостности сознания и пытается убедить нас, что мы должны всегда сознательно планировать и анализировать наш опыт.



- В 1949 году, в возрасте 69 лет, Юнг чуть не умер от нескольких сердечных приступов.
- По выздоровлении у Юнга начался очень продуктивный период, в течение которого он написал наиболее важные работы. Его видения дали ему мужество сформулировать некоторые из своих наиболее оригинальных идей. Эти опыты также сместили его личную точку зрения в сторону более глубокого принятия своего собственного предназначения.



- «Я мог формулировать это как принятие вещей такими, какие они есть: безоговорочное «да» тому, что есть, без субъективного протеста — принятие условий существования, как я их вижу и понимаю, принятие моей собственной природы; как я счастлив, что живу.
- Таким образом, мы выковываем эго и не прекращаем работу, когда происходят непостижимые вещи; эго, которое выдерживает правду и способно к воспроизведению мира и судьбы» (1961, р. 297).



- Наша **персона** является внешним проявлением того, что мы предъявляем миру. Это характер, который мы считаем приемлемым; через него мы взаимодействуем с другими. Личность включает в себя наши социальные роли, одежду, которую мы носим, и наши индивидуальные способы выражать себя. Термин *персона* пришел из латыни, означая «маска», или «фальшивое лицо».
- *Маска* надевалась актерами в Древнем Риме. Чтобы социально функционировать, мы играем роль, используя приемы, свойственные именно этой роли.



- Персона имеет и негативные, и позитивные аспекты. Доминирующая персона может подавить человека. Те, кто идентифицируется с персоной, видят себя в основном в границах своих специфических социальных ролей.
- Юнг назвал персону «согласованным архетипом». Как часть своей позитивной функции, она ограждает эго и психику от различных социальных сил и аттитюдов, которые сталкиваются с ними.
- Вдобавок персона является ценным инструментом для общения.



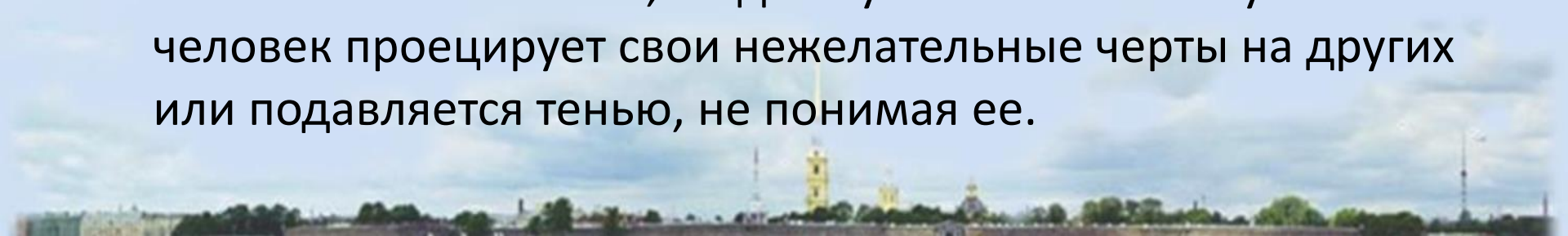
- В античной драме ненадежность человека передавалась с помощью искаженных масок, информируя о личности и о роли, которую играл актер. Персона может быть решающей в нашем позитивном развитии. Когда мы начинаем играть главную роль, наше эго мало-помалу стремится идентифицироваться с ней. Этот процесс является основным в личностном развитии.
- Персона может быть выражена через объекты, которые мы используем, чтобы закрыть свое тело (одежда или покрывало), и через инструменты нашего занятия (лопата или портфель). Таким образом, обычные предметы становятся символами идентификации человека. Термин *символ статуса* (машина, дом или диплом) выражает понимание обществом важности имиджа.

- **Тень** — это архетипическая форма, состоящая из материала, подавленного сознанием; ее содержание включает те тенденции, желания, воспоминания и опыты, которые отсекаются человеком как несовместимые с персоной и противоречащие социальным стандартам и идеалам. Тень содержит в себе все негативные тенденции, которые человек хочет отвергнуть, включая животные инстинкты, а также неразвитые позитивные и негативные черты.
- «Как я могу быть реальным, не отбрасывая тени? Если я хочу быть цельным, то должен иметь и темную сторону; осознавая свою тень, я вспоминаю еще раз, что я человеческое существо, подобное любому другому» (Jung, 1931, p. 59).

- Чем сильнее становится наша персона, тем более мы идентифицируемся с ней и тем больше отвергаем другие части самих себя. Тень представляет собой то, что мы намереваемся сделать подчиненным в нашей личности, и даже то, чем мы пренебрегаем и чего никогда не развиваем в себе.
- В своих работах о подавлении и неврозе Фрейд в первую очередь рассматривал аспекты того, что Юнг называет тенью.



- Юнг нашел, что подавленный материал организован и структурирован вокруг тени, которая становится в буквальном смысле негативной самостью, или тенью эго.
- Тень часто является в опыте снов как темная, примитивная, враждебная или пугающая фигура, так как содержание тени насильственно вытеснено из сознания и антагонистично сознательной точке зрения.
- Если материал из тени возвращается обратно в сознание, она теряет очень многие из своих примитивных и пугающих черт.
- Тень наиболее опасна, когда неузнана. В этом случае человек проецирует свои нежелательные черты на других или подавляется тенью, не понимая ее.



- Образы врага, дьявола или понятие первородного греха являются аспектами архетипа тени. Когда большая часть материала тени становится осознанной, меньшая не может доминировать. Но тень является интегральной частью нашей природы и никогда не может быть полностью уничтожена.
- Личность, претендующая на то, чтобы не иметь тени, оказывается не сложным человеком, а двумерной карикатурой, отрицающей смесь хорошего и плохого, неизбежно присутствующую во всех нас.



- Древний китайский мудрец Чжуан-цзы (369—286 до н. э.) описывает подход к установлению контакта с тенью, который заметно похож на юнгианский:
- «Жил человек, который был так обеспокоен видом своей собственной тени и так недоволен своими собственными следами, что решил избавиться оттого и от другого.
- Метод, который он нашел, — убежать от них. Так он встал и побежал. Но он все время ставил ноги (на землю) и оставлял другой след, пока тень держалась возле него без единого затруднения. Он приписал свою неудачу тому, что бежал недостаточно быстро. Так он бежал все быстрее и быстрее, не останавливаясь, пока наконец его не настигла смерть.
- Ему не удалось понять, что, если бы он просто остановился в тени, его тень исчезла бы, а если бы он сел и оставался спокойным, не было бы больше следов» (in: Merton, 1965, p. 155).



По мере того как тень становится все более осознанной, мы получаем обратно подавленные части самих себя.

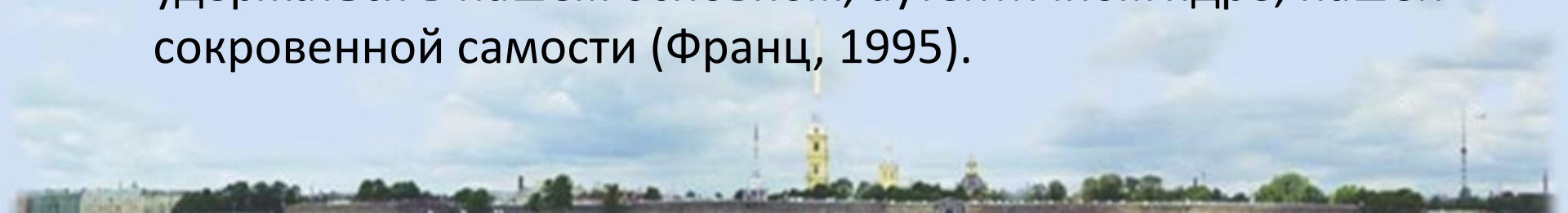
Кроме того, тень остается негативной силой в психике.

Тень — кладовая значительной инстинктивной энергии, спонтанной и жизненной — является главным источником нашей творческой энергии.



ЧТО ДЕЛАТЬ С ТЕНЬЮ?

- Во-первых, нужно принять опыт тени и серьезно к нему отнестись.
- Во-вторых, необходимо знать ее черты и стремления
- В-третьих, длинные и сложные переговоры с ней будут неизбежны...
- Только когда мы размышляем, мы понимаем это, и тень появляется в другой форме. Установление контакта с тенью — пожизненный процесс всматривания и правдивого отражения того, что мы видим. Надо только удержаться в нашем основном, аутентичном ядре, нашей сокровенной самости (Франц, 1995).



- **Самость** — наиболее важный и трудный для понимания архетип. Юнг назвал самость *главным архетипом*, архетипом психологического строя и целостности личности. Самость — архетип центрированности. Это единство сознания и бессознательного, которое воплощает гармонию и баланс различных противоположных элементов психики. Самость определяет функционирование целостной психики методом интеграции.



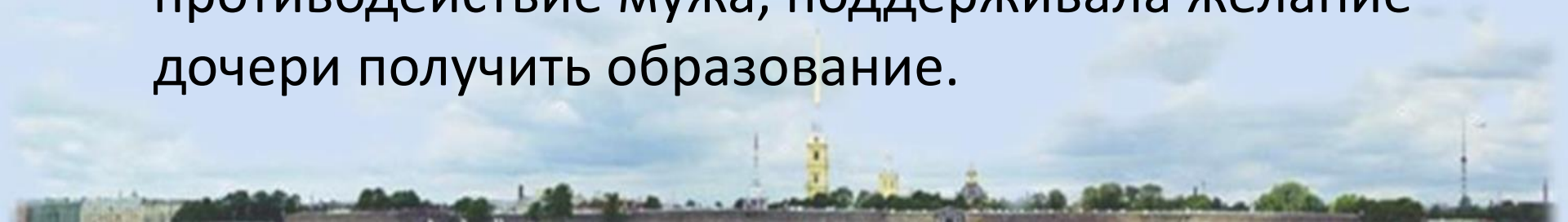
- «каждый должен быть тем, кто он есть; каждый должен раскрывать свою собственную уникальность, центр личности находится на одинаковом расстоянии от сознания и бессознательного; мы должны стремиться к той идеальной цели, которую природа выявляет, чтобы направить нас. Только исходя из этой точки, человек может удовлетворить свои нужды» (Jung in: Serrano, 1966, p. 91).





Карен Хорни: гуманистический психоанализ.

- Карен Хорни (девичья фамилия — Даниельсен) родилась в пригороде Гамбурга 15 сентября 1885 года, в семье моряка. Ее отец, капитан, был по происхождению норвежец, мать — голландская немка. Брат Карен Бернард был на четыре года старше ее. Родители Карен не подходили друг другу ни по возрасту, ни по происхождению, и в серьезных конфликтах между ними Карен всегда была на стороне матери, которая, несмотря на противодействие мужа, поддерживала желание дочери получить образование.



- В юности Карен Хорни была погружена в себя и занималась самоанализом, отчасти по душевной склонности, отчасти из-за своего несчастливого детства. Карен чувствовала себя нежеланным ребенком и ощущала, что братом дорожат гораздо больше, чем ею, главным образом потому, что он — мальчик. С тех пор она недолюбливала отца, которого считала лицемером, и мать, уделявшую больше внимания брату. Карен чувствовала себя в семье одинокой, лишенной поддержки родителей.





- В юности ее эмоциональные проблемы продолжились. Она страдала от депрессии, робости и парализующей усталости, не могла существовать без поклонников, была неуверенна в своих умственных способностях и чувствовала себя «гадким утенком», который не мог сравниться с красивой матерью.
- Дневники Карен главным образом посвящены ее отношениям с мужчинами, во внимании которых она отчаянно нуждалась. Типичная модель ее отношений была такова: идеализировать мужчину, а затем разочароваться в нем, потом следовала депрессия и попытки понять, почему же отношения расстроились.
- «Она творила, несмотря на свои проблемы, из-за своих проблем и изживая эти проблемы» (Harold Kelman in: Paris, 1994, p. 176).

Структура невроза

- Патогенные условия в семье заставляют детей чувствовать себя неуверенно или считать себя нелюбимыми и ненужными. При возникновении таких условий у детей развивается **базовая тревога** (basic anxiety) — чувство беспомощности в потенциально враждебном мире, от которого дети пытаются избавиться, развивая *стратегию защиты*: стремясь обрести **любовь и власть или уединение**.



- «Человек, предрасположенный к неврозу — это, кажется, тот, кто в детстве остро пережил проблемы, обусловленные культурой, и кто впоследствии оказался неспособен их разрешить или разрешил только за счет своей личности. Такого человека, пожалуй, можно назвать пасынком культуры» (Horney, 1937, p. 290).
- «Базовая тревога возникает, когда окружающее в целом пугает, потому что кажется небезопасным, лживым, неблагодарным, завистливым и безжалостным... Ребенок видит в окружающем угрозу своему развитию и препятствие законным желаниям и побуждениям. Ему кажется, что его индивидуальность хотят уничтожить, его свободу отобрать, а счастьем воспрепятствовать.

- Хорни представила следующую парадигму возникновения невроза: расстройства в человеческих взаимоотношениях порождают базовую тревогу, провоцирующую развитие защитных стратегий.
- В работе Хорни «Невротическая личность нашего времени» она обосновала одно из базовых своих понятий «невротическая потребность в любви»
- Люди, которых когда-то не любили, начинают ощущать себя нелюбимыми .
- Дефицит любви делает их зависимыми от других.





Условия для нормального и здорового развития ребенка

- В детстве существует ряд условий, необходимых для будущей самореализации. Они включают «атмосферу тепла», которая дает возможность ребенку выражать свои собственные мысли и чувства, доброжелательность остальных людей, способных удовлетворять различные нужды ребенка.
- Ребенок также должен обладать «здоровым антагонизмом желаниям и воле» тех, кто находится рядом с ним.
- Когда невроты родителей мешают им любить ребенка или хотя бы «воспринимать его как самостоятельную личность», у него возникает базовая тревога, мешающая ему «относиться к другим с непосредственностью подлинных чувств», вынуждающая его развивать защитные стратегии (1950, р. 18).





Невроз как следствие раннего детского опыта в семье

- Хорни видит причину неврозов в сумме всех детских переживаний и опыта. Дела у человека идут плохо из-за всех событий и личностей, которые ему сопутствуют, из-за отношений со сверстниками, и особенно в семье, если ребенок чувствует себя неуверенным, нелюбимым, нецененным, что создает основу для базовой тревоги.
- Эта тревога ведет к развитию защитных стратегий, формирующих структуру невротического типа, и эта структура является причиной трудностей в дальнейшей жизни.





Невроз как следствие раннего детского опыта в семье

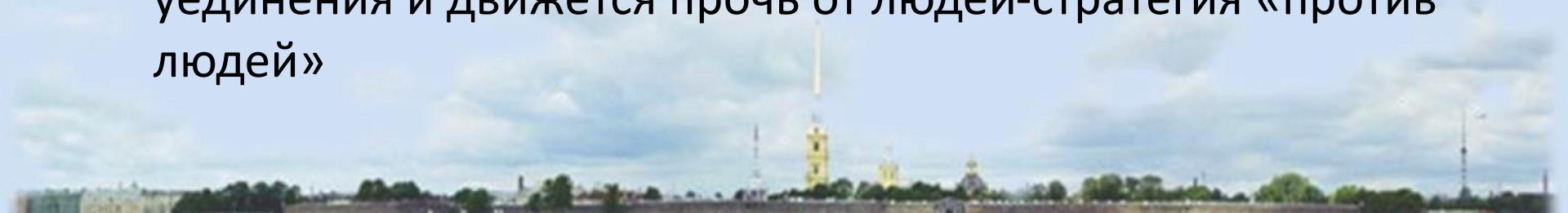
- «Удивительно, но я не знаю, кто я такая. У меня нет на этот счет ни малейшего понятия... Насколько я себя помню, я была всегда послушной, покорной, кроткой... Раз или два в детстве, в порыве самоутверждения, я устраивала скандалы... Моя мать пресекала все мои отклонения от условностей с образцовой жестокостью. Потому что меня и моих сестер воспитывали так, чтобы мы могли казаться приятными» (Марианна в фильме Ингмара Бергмана «Сцены из семейной жизни»).





Межличностные защитные стратегии

- Человек(ребенок), пытаясь справиться с базовой тревогой, избирает одну из трех жизненных стратегий
- либо находит решение в уступчивости, принижении себя и движется навстречу людям-стратегия «к людям»
- либо принимает агрессивное и экспансивное решение и движется против людей-стратегия «против людей»
- либо принимает решение в пользу отдаления от всех и уединения и движется прочь от людей-стратегия «против людей»





Межличностные защитные стратегии

- Здоровые люди, в зависимости от ситуации, гибко движутся во всех трех направлениях, однако при возникновении невроза эти движения становятся вынужденными и беспорядочными.
- Каждое решение включает комплекс поведенческих паттернов и черт личности, концепцию справедливости и ряд убеждений о природе человека, человеческие ценности и условия жизни.
- Оно также содержит сделку с судьбой (bargain with fate), при которой подчинение предписаниям данного решения должно быть вознаграждено.



Стратегия «к людям»

- *Решение в пользу уступчивости (-стратегия «к людям»)*
- Люди с доминирующим решением в пользу **уступчивости (the compliant solution)** преодолевают базовую тревогу и пытаются заслужить любовь и одобрение других людей, контролируя их своей зависимостью. Ценности таких людей «принадлежат к сфере добра, сочувствия, любви, щедрости, бескорыстия и скромности; в то же время эгоизм, честолюбие, бессердечие, стремление к власти и беспринципность вызывают у них отвращение» (1945, р. 54).





Стратегия «к людям»

Они должны сохранять в себе веру в то, что надо подставить щеку, если тебя ударили.

В мире они видят установленный свыше порядок и добродетель, которая вознаграждается.

Их сделка с судьбой состоит в том, что если они будут хорошими, любящими людьми, которым чужда гордость и которые не стремятся к собственной выгоде или славе, то судьба и люди будут им благоволить.

Если сделка не состоялась — ими завладеет чувство вины,



- Чтобы воплотить свой план, скромные люди подавляют свои агрессивные тенденции, однако иногда особой привлекательностью для них обладают люди экспансивные, через которых они контролируют жизнь опосредованно.
- Зачастую у людей уступчивого типа возникает «патологическая зависимость» от партнера.





Стратегия «Против людей» (экспансивная)

- Люди, у которых доминируют **экспансивные решения (the expansive solutions)**, имеют цели, черты характера и ценности, прямо противоположные аналогичным ценностям и целям скромных людей.
- Их привлекает не любовь, а господство. Они ненавидят беспомощность, стыдятся страдания, им нужны достижения и успех, престиж и признание.
- В «Неврозе и человеческом развитии» Хорни разделила экспансивные решения на три различных вида — нарциссистские, перфекционистские и надменно-мстительные.





Стратегия »Против людей»(экспансивная))

- Нарциссическая (**нарциссистская**) стратегия
- Люди, выбравшие **нарциссистское решение (the narcissistic solution)**, стремятся получить власть над жизнью посредством «восхищения собой и попыткой очаровать» (1950, p. 212).
- В детстве они часто были любимыми детьми, объектами восхищения, одаренными выше среднего уровня. Они росли с ощущением того, что они баловни судьбы и окружающий мир будет их опекать, как опекали родители. Они полны веры в собственные способности и думают, что нет такой игры, которую они не могли бы выиграть.





Стратегия «Против людей»(экспансивная))

- Их неуверенность выражается в непрерывном подчеркивании своих достижений и замечательных качеств, им нужно все время подтверждать свою высокую самооценку и вызывать у окружающих восхищение и преданность.
- Их сделка с судьбой состоит в том, что, если они будут следовать за своей мечтой и предъявлять к себе завышенные требования, жизнь даст им то, чего они хотят. Если этого не происходит, они переживают тяжелый психологический кризис, так как плохо приспособлены к реальности.





Стратегия »Против людей» (экспансивная)

- **Перфекционистская стратегия**
- Люди с чрезмерно высокими моральными и интеллектуальными стандартами находят прибежище в **перфекционистском решении (the perfectionistic solution)**, на основании которого они могут презирать других людей. Они очень гордятся своей правотой и стремятся достичь безупречности в поведении. Жить в соответствии с такими стандартами достаточно трудно, и они пытаются сделать так, чтобы их понимание моральных ценностей соответствовало их поведению — поведению хороших людей. Пока длится этот обман, они могут и от других требовать жить в соответствии со стандартами совершенства и презирать тех, кому это не удастся.



Стратегия «Против людей» (экспансивная)

- Они доводят до крайности свое презрение к себе. Перфекционисты заключают сделку с судьбой, в которой быть честным, справедливым и обязательным означает «справедливое отношение остальных людей к жизни в целом. Это убеждение в нерушимости действующих в жизни законов справедливости дает им ощущение мастерства» (1950, р. 197).
- Своими высокими стандартами они бросают вызов судьбе. Их неудачи и ошибки несут угрозу их сделке и могут вызвать у таких людей ощущение беспомощности и ненависти к себе.





Стратегия »Против людей» (экспансивная)

- **Надменно-мстительная стратегия**
- **Надменно-мстительные решения (the arrogant-vindictive solutions)** характерны для людей, испытывающих потребность в мести и победе. Если нарциссисты с детства вызывали восхищение, а перфекционисты росли под давлением жестких стандартов, то с людьми надменно-мстительного типа в детстве грубо или жестоко обращались, и им нужно отплатить за несправедливость. Им кажется, что мир — арена, на которой в дарвиновском смысле выживает только тот, кто более приспособлен, и сильный побеждает слабого (1945, р. 64).





Стратегия «Против людей» (экспансивная)

- Единственный закон морали — сила. В отношениях с другими людьми они безжалостные соперники и циники. Они хотят быть жесткими и упорными, считая любое проявление чувства признаком слабости. Они заключают сделку главным образом с самими собой. Они не рассчитывают, что мир им что-то даст, но убеждены, что могут достичь своих честолюбивых целей, если будут придерживаться взгляда на жизнь как на поле битвы и не поддадутся влиянию морали или каким-то нежным чувствам. Если их экспансия терпит поражение, у них проявляются тенденции к скромности, отходу в тень и самоуничижению.





Стратегия «от людей» («Уход»)

- Люди с доминирующим стремлением к **уходу (detachment)** от других не ищут любви и не хотят достичь господства. Они предпочитают свободу, покой и самодостаточность. Они презируют погоню за успехом и испытывают глубокое отвращение к любого рода усилиям. В них сильна потребность в превосходстве над другими, они снисходительно относятся к своим близким и коллегам, однако осознают, что их честолюбие существует больше в их воображении и не воплощается в реальных достижениях. От мира, угрожающего и сильного, они отдаляются и не допускают других в свою собственную жизнь.



- Для того чтобы избежать зависимости от окружения, они подавляют и гасят свои страстные желания и довольствуются малым. Обычно они не ограждаются полностью от жизни, смиряются с существующим положением дел и принимают свою судьбу с иронией и стоическим достоинством. Их сделка с судьбой состоит в том, что если они ничего не просят у других, то другие их не беспокоят. Если они ничего не будут делать, то не потерпят неудачу. Если они мало ждут от жизни, они не разочаруются.





Интрапсихические (внутрипсихические стратегии) защитные стратегии

- Если **межличностные проблемы** ведут к движениям к людям, против людей и прочь от людей, то проблемы **внутри психики** приводят к развитию защитных стратегий личности.
- **Идеализация** себя способствует возникновению у человека так называемой системы гордости, которая включает
 - невротическую гордость,
 - невротические требования,
 - тиранические долженствования
 - и преувеличенную ненависть к собственной персоне.



Идеализированный образ и поиск славы.

- *Идеализированный образ и поиск славы.*
- Чтобы компенсировать чувства слабости, никчемности и неадекватности, с помощью нашего воображения мы создаем наш собственный **идеализированный образ (idealized image)**, который наделяем «неограниченной силой и преувеличенными возможностями» (1950, р. 22).
- **Например**, идеализированный образ скромных людей — это «смесь милых качеств, таких как, бескорыстие, доброта, щедрость, скромность, святость, благородство, сочувствие».
- В этот образ также вписываются понятия «беспомощности, страдания и мученичества», сочувствие и понимание искусства, природы и других человеческих существ (1950, р. 222).



Надменно-мстительные люди, Нарциссы

- Надменно-мстительные люди считают себя непобедимыми и владеют любой ситуацией. Они умнее, жестче, реалистичнее других людей и поэтому могут взять над ними верх. Они гордятся своей бдительностью, способностью предвидеть и планировать, и им кажется, что ничто не может причинить им боль.
- Нарциссистский тип личности — это «помазанник божий, судьбоносная личность, человек, готовый все отдать и пожертвовать, благодетель человечества» (1950, р. 194). Людям нарциссистского склада кажется, что они наделены неограниченной энергией, способны многого достичь без особых усилий.





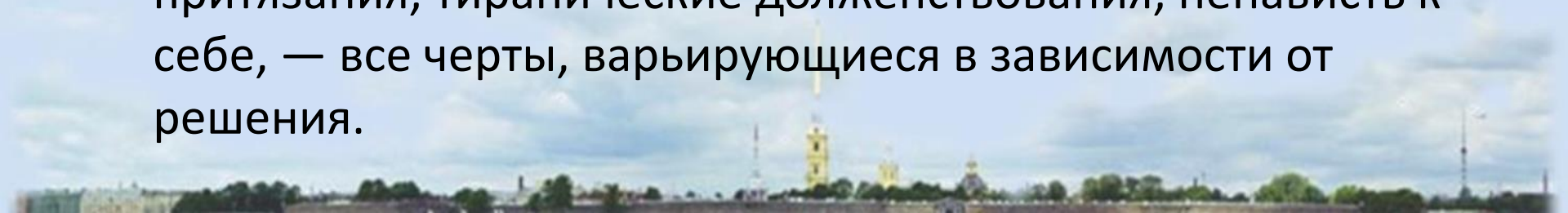
Перфекционисты; Склонные к уходу от людей

- Перфекционисты считают себя образцами правильности, чьи поступки всегда безупречны. Они обладают ясной способностью суждения, справедливы и обязательны в человеческих взаимоотношениях.
- Идеализированный образ смиренных, склонных к уходу людей состоит из «самодостаточности, независимости, сосредоточенности на себе, безмятежности и свободы от желаний и страстей» в сочетании со стоическим равнодушием к ударам и стрелам жестокой судьбы. Они стремятся освободиться от ограничений и невосприимчивы к давлению извне. Идеализированный образ для каждого решения базируется на религиозном или культурном идеале, историческом примере или личном опыте.



Поиск славы и система гордости

- Создав для себя идеализированный образ, мы пускаемся на **поиски славы (search for glory)**, цель которых — реализовать наше идеальное «я». Понятие славы и побед варьируется в зависимости от выбранного нами решения. Поиск славы приводит к образованию нашей собственной религии, заповеди которой определяются нашим неврозом.
- ***Система гордости.*** Создание идеализированного образа приводит не только к поиску славы, но и развивает систему гордости: невротическую гордость, невротические притязания, тиранические долженствования, ненависть к себе, — все черты, варьирующиеся в зависимости от решения.



Невротические притязания

- Угроза чувству гордости вызывает тревогу и чувство враждебности; его крушение приводит к отчаянию и презрению к себе. На базе нашей гордости мы строим наши **невротические притязания** и претензии к внешнему миру, требуя от него, чтобы с нами обращались в соответствии с нашим величественным представлением о самих себе.
- Эти притязания «переполнены ожиданием волшебства» (1950, р. 62). Они усиливают нашу ранимость, так как их утрата сбивает с нас спесь и создает ощущение беспомощности и неадекватности, которых мы избегаем.





Тиранические долженствования

- Наличие идеализированного образа вызывает не только чувство гордости и притязания, но и развивает то, что Хорни называла **тираническими долженствованиями (the tyranny of shoulds)**.
- Их функция состоит в том, чтобы побудить нас жить в соответствии с нашими величественными представлениями о самих себе.





Сделка с судьбой

- «Долженствования саморазрушительны по своей природе. Они загоняют личность в смиренную рубашку и препятствуют внутренней свободе. Даже если человеку и удастся сформировать образцовое поведение, оно получается в ущерб непосредственности и аутентичности чувств и убеждений. Долженствования, как и любая тирания, направлены на подавление индивидуальности» (Horney, 1950, p. 118).
- Долженствования создают базу для нашей **сделки с судьбой (bargain with fate)**. Неважно, какое решение мы выбрали, — наша сделка состоит в том, что наши требования будут удовлетворены, если мы будем жить в соответствии с данными долженствованиями.



Сделка с судьбой

- Мы стремимся к тому, чтобы волшебным образом контролировать реальность, подчиняясь для этого собственному внутреннему диктату.
- Мы, конечно, считаем наши притязания и требования разумными,
- Если наши ожидания не оправдываются, мы можем считать жизнь несправедливой. Наше **чувство справедливости** определяется доминирующим решением и связанной с ним сделкой.

-



- **Конечным продуктом** интрапсихических защитных стратегий может стать **Чувство ненависти к себе (self-hate)**
- Чувство ненависти к себе представляет собой гнев, который наше идеальное «я» (the idealized self) ощущает по отношению к реальному (the real self) за то, что мы не такие, какими «должны» быть.
- Хорни видит в ненависти к себе «пожалуй, величайшую трагедию человеческой души. В стремлении к бесконечности и абсолюту человек начинает себя разрушать. Когда он заключает сделку с дьяволом, обещающим ему славу, то приходится следовать в ад — ад внутри себя самого» (1950, р. 154).



Выход из нездоровой ситуации

- Необходимо осознать конфликт между системой гордости и реальным «я», которое может стать объектом ненависти к себе.
- Хорни называет это явление **главным внутренним конфликтом (the central inner conflict)**. Гордое «я» видит в реальном «я» угрозу самому своему бытию и с презрением обращается против него.
- Жизнь в соответствии с реальным «я» подразумевает принятие области неопределенности процессов, внутренних и внешних ограничений.
- Это означает прекращение стремления к славе и переход к менее экзальтированному существованию.



Выход из нездоровой ситуации

- Переход к здоровой ситуации-это когда люди с сочувствием отнесутся к самим себе и будут ощущать себя не особенно замечательными людьми, но и не такими, которых надо презирать, постоянно борющимися и озадаченными человеческими существами (1950, р. 359).
- «Освобождение реального «я» от колебаний в системе гордости есть, я полагаю, победа нормального... Человек, просто такой, какой он есть, со всеми его достоинствами и недостатками, начинает понимать. Понимать, что не обязательно быть экстраординарным, чтобы обладать какой-то ценностью» (Westkott, 1986, р. 211).





-

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!





Психические свойства личности

- Под **психическими свойствами личности** понимаются *устойчивые психические явления, существенно влияющие на деятельность человека и характеризующие его главным образом с социально-психологической стороны.*
- Это психические явления, которые реализуются в определенном социуме (социальной группе или во взаимоотношениях с другими людьми).
- В их структуру входят направленность, темперамент, характер и способности.



1. **Направленность** - это сложное психическое свойство, представляющее собой относительно устойчивое единство потребностей, мотивов и целей личности, определяющих характер ее деятельности.
2. Ее содержание формируется на основе взаимосвязанных внутренних побуждений человека, которые показывают, к чему он стремится в жизни, какие цели ставит перед собой и зачем он выполняет то или иное действие (совершает поступок).

1. Направленность отражает свойственные человеку отношения, сложившиеся в процессе его жизни и рассматриваемые как отношение к обществу в целом и к своему поведению в конкретной социальной среде в частности. Направленность как раз и выражает в интегрированном виде указанные особенности и как бы фокусирует основной личностный смысл деятельности человека.
2. Как сложное психическое свойство личности, направленность имеет свою внутреннюю структуру, включающую потребности, цели и мотивы.



- **Потребности**- *нужда человека, как социально-биологического существа, в конкретном духовном или материальном предмете (явлении).*
- Потребности требуют своего удовлетворения и побуждают личность проявлять для этого активность, выполнять конкретную деятельность.
- По направленности потребности делятся на материальные (нужда в пище, одежде, жилище и др.)
- и духовные (нужда в информации, знаниях, общении и др.).





Потребности

- Потребностям, как структурному элементу направленности личности, всегда присущи ряд специфических особенностей.
- Во-первых, они всегда носят конкретный содержательный характер, связанный или с предметом, которым стремятся обладать люди (жилище, одежда, пища и др.), или с какой-либо деятельностью (игра, учеба, общение и др.).
- Во-вторых, осознание потребности всегда сопровождается характерным эмоциональным состоянием (например, удовлетворения или неудовлетворения).
- В-третьих, в потребности всегда присутствует волевой компонент, ориентированный на поиск возможных путей ее удовлетворения.





Цели

- Материальные и духовные потребности человека оказывают решающее влияние на формирование
- ***Цели** – осознанного идеального образа результата деятельности (выполняемого действия), направленной на достижение существующей потребности.*





Цель

- В психологии личности понятие Цели используется при изучении преднамеренных действий, представляющих специфическую черту человеческой деятельности.
- При этом целеобразование рассматривается в качестве главного механизма формирования любых действий человека.



Цели

- В онтогенезе(процессе развития) развитие целей идет в направлении от образования тех или иных намерений в совместной деятельности с другими людьми к постановке человеком целей перед самим собой.
- По времени существования цели бывают оперативными (ближайшее время), перспективными (недели, месяцы), долговременными (годы) и жизненными.
- Жизненная цель выступает в роли общего интегратора всех других целей. Как правило, реализация каждого из перечисленных видов целей во взрослости осуществляется в соответствии с жизненной целью.



Мотив

- Образ предвосхищаемого результата действия, приобретая побудительную силу, становится **целью**, начинает направлять действие и определять выбор возможных способов осуществления лишь связываясь с определенным мотивом или системой мотивов.



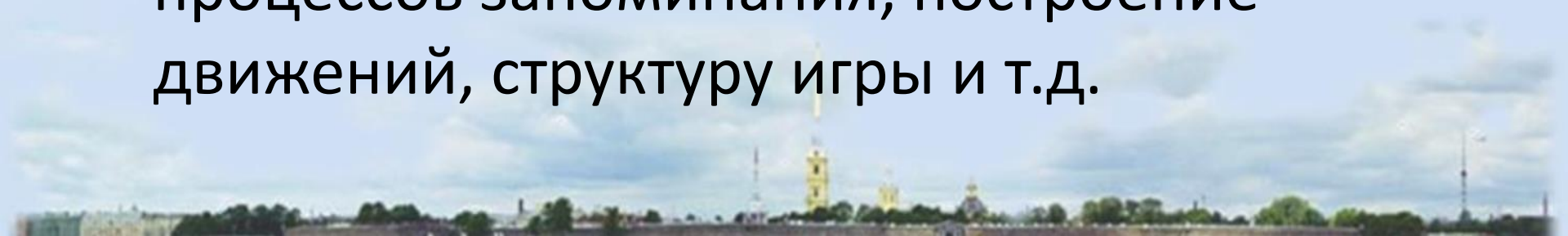


Мотив

- **Мотив** (лат. *moveo*- двигаю)-непосредственное внутреннее побуждение к совершению конкретного действия для достижения поставленной цели деятельности.
- Его конкретное содержание определяется объективными условиями жизнедеятельности человека.
- С изменением конкретных социальных условий изменяются и предпосылки для развития тех или иных мотивов, выступающих в форме ситуативных или стабильных.

Мотив

- Содержание и направленность (осуществление деятельности или ее запрет) мотивов определяют не только сам факт осуществления той или иной деятельности, но и ее эффективность.
- Экспериментально продемонстрировано его влияние мотивов на строение и специфику процессов запоминания, построение движений, структуру игры и т.д.



Мотивы

- Мотивы могут быть и не осознаваться, а лишь приобретать форму эмоциональной окраски тех или иных потребностей.
- Осознание мотивов позволяет человеку контролировать свою деятельность и отдельные поступки.



МОТИВЫ

- Процесс формирования мотивов характеризуется интеграцией стихийно возникающих побуждений в более крупные мотивационные единицы с тенденцией к образованию целостной мотивационной системы личности.
- Характерная для раннего возраста аморфная структура побуждений постепенно преобразуется в более сложную структуру с централизованной сознательно-волевой системой управления поведением.





Мотивы

- Сформированные в результате мотивы представляют собой специфическое средство регуляции деятельности, отражающее своеобразный энергетический уровень и структурные особенности доступной для человека деятельности.
- Мотивы могут выступать в самых различных формах и сферах деятельности и представлять собой
- как простые (хотения, влечения, желания),
- так и сложные (интересы, установки, идеалы) мотивы поступков, поведения и деятельности в целом.





Уровень направленности

- В целом уровень направленности определяется ее общественной значимостью,
- проявлением жизненной позиции человека,
- его моральным обликом
- и степенью социальной зрелости.
- Следовательно, знание направленности личности позволяет не только понимать действия другого человека, но и прогнозировать его поведение в конкретных ситуациях и условиях деятельности (до определенных пределов, что показали эксперименты Зимбардо) .





Темперамент

- При относительно совпадающих характеристиках направленности различные люди ведут себя по-разному: одни резки и порывисты, другие реагируют медленно, старательно продумывая свои шаги и т.д. Это обусловлено другим психическим свойством личности - темпераментом.
- **Темперамент** (лат. *temperamentum* – соразмерность, надлежащее соотношение частей) – закономерное соотношение устойчивых особенностей функционирования психики, формирующее определенную динамику протекания психических процессов и проявляющееся в поведении и деятельности человека.

- В истории развития учения о психологии личности выделяются три основные системы взглядов на природу темперамента, древнейшими из которых являются гуморальные подходы. Так по теории Гиппократы он зависит от соотношения между четырьмя жидкостями, циркулирующими в человеческом организме, - кровью (лат. *sanguis*), желчью (греч. *chole*), черной желчью (греч. *melaschole*) и слизью (греч. *phlegma*). Предполагая, что одна из них преобладает в организме человека, он выделил соответствующие темпераменты: сангвинический, холерический, меланхолический и флегматический.



- Близко к гуморальным теориям стоит сформулированная П.Ф.Лесгафтом идея о том, что в основе проявлений темперамента лежат свойства системы кровообращения. В основу морфологических теорий (Э.Кречмер, У.Шелдон и др.) положено предположение, что тип темперамента зависит от конституциональных особенностей телосложения человека. Однако наиболее слабым местом в обоих подходах является стремление их авторов выделить в качестве первопричины поведенческих проявлений темперамента такие системы организма, которые не обладают и не могут обладать необходимыми для этого свойствами.



- В современной отечественной психологии используется третья система взглядов, опирающаяся на типологию темпераментов, разработанную И.П.Павловым. В ее физиологическую основу он положил наиболее распространенные характеристики основных психических процессов - возбуждения и торможения: их силу, равновесие и подвижность. В результате различного их сочетания первоначально были выделены четыре типа высшей нервной деятельности (ВНД): сильный, безудержный, инертный и слабый





- Последующие исследования позволили описать людей с различными типами ВНД, проявляющимися в динамике их поведения и получившими название активного, экспансивного, спокойного и подавленного.
- В дальнейшем ученый связал свое открытие с понятием темперамента, предложенным Гиппократом, и присвоил им соответствующие названия –
 - сангвиник,
 - холерик,
 - флегматик
 - меланхолик.



- ***Сангвинический темперамент*** формируется на основе сильных, уравновешенных и подвижных нервных процессов, определяющих сильный тип ВНД и активный образ поведения. Сангвиникам свойственны активность, энергичность, быстрая и продуманная реакция на события, интерес к значимому и неизвестному.
- В общении они корректны, эмоционально сдержаны.
- В поведении пластичны, легко приспосабливаются к изменяющейся обстановке и условиям деятельности.





- ***Холерический темперамент*** формируется на основе сильных, неуравновешенных и подвижных нервных процессов, определяющих безудержный тип ВНД и экспансивное поведение. Людям этого темперамента (холерикам) присуща высокая активность, быстрота действий и энергичность. В общении они часто меняют настроение, легко проявляют резкость и вспышки эмоций. Разговаривают обычно быстро, решения принимают мгновенно, сопровождая их активной жестикуляцией и резкими движениями.

- **Флегматический темперамент** формируется у людей с сильными, уравновешенными и малоподвижными нервными психическими процессами, определяющими инертный тип ВНД и размеренное поведение. Внешне это спокойные и несколько медлительные люди с невыразительными мимикой и жестами.
- Они легко переносят монотонные условия деятельности, основательны в выработке и принятии решений, успешно выполняют сложную однообразную работу. Круг их общения ограничен, речь однообразная и медленная.





- ***Меланхолический темперамент*** формируется в результате слабых, неуравновешенных и подвижных нервных процессов, определяющих слабый тип ВНД и изменчивое поведение. Меланхолики легко ранимы, остро воспринимают несправедливость, отличаются постепенным вызревaniem чувств, значительным влиянием настроения на качество их деятельности. В общении предпочитают слушать других, сопереживать, проявляют бережное отношение к чувствам собеседников, в результате чего очень часто пользуются уважением окружающих.





Характер

- На основе проявления темперамента личности в конкретных социальных условиях формируется следующее психическое свойство - характер.
- **Характер** в психологии рассматривается как *совокупность наиболее устойчивых психических черт, проявляющихся во всех видах межличностного взаимодействия человека и выражающих ее индивидуальное своеобразие*
- .Считается, что индивидуальные особенности человека, образующие его характер, в первую очередь зависят от личностной направленности, типа нервной системы и обуславливаются его волей, эмоциями и интеллектом (умом).

- Становление характера человека как психического свойства личности происходит в условиях его включения в различные социальные группы (семья, друзья, неформальные объединения и др.).
- В зависимости от того, в каких условиях осуществляется индивидуализация личности и каков уровень развития в них межличностных отношений, у одного и того же субъекта в одном случае могут формироваться открытость, самостоятельность и твердость, а в другом прямо противоположные черты – скрытость, конформизм, слабохарактерность.





- В то же время следует учитывать, что особенности черт характера и закрепление их во многих случаях определяются направленностью личности и своеобразием темперамента человека.
- Среди черт характера одни выступают в качестве основных, задающих общую направленность его проявления, другие – как второстепенные, проявляющиеся лишь в определенных ситуациях.
- Соответствие черт характера друг другу рассматривается как цельность характера (цельный характер), а противопоставление как его противоречивость (противоречивый характер).

- Характер - стержневое психическое свойство личности, содержание которого оценивается по ее отношениям к различным событиям и явлениям объективной действительности, формирующим соответствующие черты характера.
- В свою очередь черта характера представляет собой устойчивую, повторяющуюся в различных ситуациях особенность поведения личности.
- Современный русский язык насчитывает более пятисот слов, раскрывающих содержание различных сторон тех или иных черт характера.





Классификация черт характера

- Среди черт характера, служащих основанием для их классификации, в зависимости от уровня развития его основных компонентов выделяют:
- по отношению: к социальным явлениям – убежденный и беспринципный; к деятельности – деятельный и бездеятельный; к общению – общительный и замкнутый; к себе – альтруист и эгоист;
- по силе– сильный и слабый;
- по эмоциональным чертам– уравновешенный и неуравновешенный и т.д..



Акцентуации характера

- **Акцентуация характера**, означает чрезмерную выраженность его отдельных черт или их сочетания. Считается, что это крайний вариант нормы поведения.
- В современной психологии для систематизации акцентуированных черт характера в большинстве случаев используется подход, разработанный **К.Леонгардом**, который выделил следующие **тринадцать видов**:
- **циклоидный**– чередование фаз хорошего и плохого настроения с различным периодом протекания;
- **гипертимный**– постоянно приподнятое настроение, повышенная психическая активность с жаждой деятельности и тенденцией не доводить начатое дело до конца;

- **лабильный**– резкая смена настроения в зависимости от ситуации;
- **астенический**– быстрая утомляемость, раздражительность, склонность к депрессиям;
- **сензитивный**– повышенная впечатлительность, боязливость, обостренное чувство собственной неполноценности;
- **психастенический**– высокая тревожность, мнительность, нерешительность, склонность к самоанализу, постоянным сомнениям;



- **шизоидный**– отгороженность от внешнего мира, замкнутость, эмоциональная холодность, проявляющаяся в отсутствии сопереживания;
- **эпилептоидный**– склонность к злобно-тоскливому настроению с накапливающейся агрессией, проявляющейся в виде ярости и гнева;
- **застревающий**– повышенная подозрительность и обидчивость, стремление к доминированию, неприятие мнения других, конфликтность;



- **демонстративный**– выраженная тенденция к вытеснению неприятных фактов и событий, лживость, притворство, «бегство в болезнь» при неудовлетворении потребности в признании;
- **дистимный**– преобладание пониженного настроения, склонность к депрессии, сосредоточенность на мрачных и печальных сторонах жизни;
- **неустойчивый**– склонность легко поддаваться влиянию окружающих, поиск новых впечатлений и компаний, поверхностный характер общения;
- **конформный**– чрезмерная подчиненность и зависимость от других людей, недостаток критичности и инициативы.



Способности

- В целом характер человека формируется в определенной социальной среде на основе физиологической предопределенности его психики, в том числе и способностей.
- **Способности**- соответствие психических особенностей личности требованиям, предъявляемым к ней конкретным видом деятельности. То есть, это психическое свойство личности, отражающее проявление таких ее особенностей, которые позволяют успешно выполнять различные виды деятельности. На данном понимании базируется разработка большинства прикладных проблем психологии личности, включая методик профессионального отбора.



Способности

- Способности являются целостным отражением индивидуально-психологических особенностей человека и проявляются в
- мотивационном,
- операционном и
- функциональном механизмах его деятельности.



- Мотивационный механизм представляет собой своеобразное «пусковое устройство» для активизации психики, ее настройки и мобилизации на предстоящую деятельность, создания условий для функционирования других психических механизмов.
- Операционный механизм способностей включает набор операций или способов, с помощью которых осуществляется реализация осознанной цели в конечный результат.



- Функциональный механизм обеспечивается рассмотренными ранее психическими процессами, в связи с чем более высокими способностями обладают люди, у которых развиты воображение, память, мышление и т.д..





Уровни способностей

- Уровни способностей определяют качество соответствующей деятельности человека. К ним относятся:
- *неспособность*- несоответствие психических особенностей личности психологическим требованиям выполняемой ими деятельности;
- *простая способность*- соответствие психических особенностей личности психологическим требованиям выполняемой ими деятельности;





Уровни способностей

- *одаренность*- способность личности достичь высоких результатов в конкретной сфере деятельности;
- *талант*- способность достичь выдающихся результатов в одной из сфер деятельности личности;
- *гениальность*- способность достичь выдающихся результатов в конкретной области человеческой деятельности.
- Способности - это уже сформировавшееся психическое свойство и его следует отличать от склонностей и задатков.





Склонности и задатки

- Склонность представляет собой стремление личности к определенной деятельности,
- Задатки - это врожденные особенности психики, позволяющие личности эффективно выполнять конкретную деятельность.
- И первое, и второе, в отличие от способностей представляет собой только потенциал человека и может оказаться вовсе не востребуемым.





Благодарим Вас за Внимание!

