

Теоретические положения гуманистической психологии о сущности человека

Пряхина Екатерина Олеговна

*Приамурский государственный университет им. Шолом-Алейхема
магистрант*

Аннотация

В статье рассматриваются позиции разных авторов в области гуманистической психологии на теорию личности человека. Представлен анализ трудов таких специалистов, как А. Маслоу, Р. Мэй, Г. Олпорт, К. Роджерс, Р. Франкл.

Ключевые слова: гуманистическая психология, позиция, аспект, теория, гуманизм, личность, теория личности, экзистенциалистский взгляд, феноменологический подход, личностный рост, концепция личности, самоактуализация.

Theoretical provisions of humanistic psychology about the essence of man

Pryahina Ekaterina Olegovna

*Sholom-Aleichem Priamursky State University
Student*

Abstract

The article considers the positions of different authors in the field of humanistic psychology on the theory of human personality. The analysis of works of such experts as A. Maslow, R. May, G. Allport, K. Rogers, R. Frankl is presented.

Keywords: humanistic psychology, position, aspect, theory, humanism, personality, personality theory, existentialist view, phenomenological approach, personal growth, personality concept, self-actualization.

На феноменологическом подходе и философии европейского экзистенциализма основывается гуманистическая психология. В гуманистическую психологию экзистенциализм привнес интерес к становлению человека и проявлению человеческого бытия. Феноменология - описательный подход к человеку, без предварительных теоретических построений, интерес к субъективной реальности, к субъективному опыту, опыту непосредственного переживания как основному феномену в изучении и понимании человека.

Представители гуманистического направления, такие как Абрахам Маслоу, Гордон Олпорт, Карл Роджерс и другие, рассматривают личность человека как уникальную целостную систему, которая стремится к постоянному личностному росту и самоактуализации. Гуманистический

подход основывается на признании человеческого в каждом человеке и изначально уважении к его уникальности и автономии.

Цель нашей работы – проанализировать теоретические положения гуманистической психологии о сущности человека.

Гуманистическая психология является одним из направлений западной психологии, представителями которого считают личность, как уникальную целостную систему, своим главным предметом, которая также представляет собой возможность самоактуализации, свойственную только человеку.

А. Маслоу, К. Роджерс, Г. Олпорт, Р. Мэй и другие считаются главными представителями гуманистической психологии.

Персонализм, в середине XX века, оказал огромное влияние на развитие гуманистической психологии. В форме альтернативного направления таким психологическим школами, как психоанализ, персонализм и бихевиоризм появилась гуманистическая наука, при этом выработав свою собственную теорию личности и периоды ее развития.

Как целостную и уникальную систему изучает личность гуманистическая психология, которую понять с помощью анализа отдельных составляющих и проявлений нельзя. В связи с этим одним из фундаментальных аспектов гуманистической психологии стал целостный подход к человеку. Такие специфические человеческие качества, как понимание смысла собственного существования, к реализации некоторых жизненных целей, склонность к самоактуализации, самовыражению и самореализации, стремление к развитию и исполнению своих потенциальных возможностей являются основными детерминантами, движущими силами и основными мотивами личностного развития [2].

Как мы уже указывали выше, на феноменологическом подходе и философии европейского экзистенциализма основывается гуманистическая психология.

Из специфического и определенного понимания своеобразности отдельного человека, живущего в определенный период времени и пространства берет начало экзистенциалистский взгляд на человека. Экзистенциалисты придерживаются идеи, что каждый из нас ответствен за то, кем мы являемся и кем становимся, при этом отрицают понятие человека – как продукта генетических факторов, или такой точки зрения, что на развитие человека влияет окружающая среда. Считают, что каждому человеку брошен вызов - наполнить жизнь смыслом в этом абсурдном мире. Поскольку мы в ответе за свою судьбу, по мнению экзистенциалистов, человек испытывает боль отчаяния, одиночество и тревогу.

С точки зрения Роджерс К., Маслоу А., человеку характерна некая внутренняя сила - стремление к самоактуализации, которая направляет развитие человека в сторону наиболее полного раскрытия, разворачивания заложенных в нем возможностей, сил и способностей. Данная теория приписывает человеку заданный потенциал или природу, которая по своей сути позитивна и в ходе развития актуализируется.

Биологической природе человека приписывал К. Роджерс определение направленности развития, которое охватывает определенный набор возможностей. В процессе социализации можно исказить истинную природу человека, а не улучшить ее. Как считает Маслоу А., изначально в человеке заложено стремление к самоактуализации, что говорит о значимости культурных влияний.

Как единое, организованное и уникальное целое, по мнению А. Маслоу, необходимо изучать каждого человека. Как писал Маслоу, не как набор дифференцированных частей ведет себя человеческий организм, а как единое целое, и, если что-то происходит в какой-то части, то это влияет на весь организм.

В своей теории Маслоу разработал иерархию потребностей, поставив на первый, самый низкий уровень потребности физиологические: в еде, сне, сексе, а самыми высшими потребностями он считал потребности в самоактуализации, другими словами потребность в развитии и исполнению собственных возможностей, способностей и личностного потенциала, личностного совершенствования [2].

Под самоактуализацией понимается процесс, суть которого заключается в максимальном развитии, раскрытии и осуществлению и способностей каждого человека, актуализации его личностных возможностей. Жить совершенно, полно и осмысленно, стать тем, кем человек может стать на самом деле помогает самоактуализация.

Соответственно позиции Маслоу, пока человек не избавится от преобладания низележащих потребностей и не удовлетворит их, развитие самоактуализации невозможно.

В виде главного мотивационного фактора тяги к самоактуализации рассматривал К. Роджерс, при этом самоактуализацию понимал процесс осуществления человеком своих возможностей с целью стать полноценно функционирующей личностью.

В определенной системе понятий заключается теория личности, предложенная К. Роджерсом, где люди могут менять и создавать собственные представления о себе и окружающих. Помочь каждому человеку изменить отношение к окружающим и себе способна данная позиция. Ценность и уникальность человеческой личности является основной идеей.

«Феноменальный опыт», как сформулировал К. Роджерс, - это опыт, который приобретает человек на протяжении всей своей жизни, состоящий в индивидуальности и уникальности. Так как все окружающие предметы осознаются субъектом, то создавая подобный мир, он может не совпасть либо совпасть с реальностью. В теории Роджерса особая роль уделяется самооценке личности, которая является сущностью человека и его самостоятельностью. С позиции К. Роджерса, гибкой и адекватной должна быть самооценка, которая в зависимости от складывающейся ситуации может меняться. Как отмечает К. Роджерс, каждый человек должен ценить

каждый момент собственной жизни в настоящем, так как он ориентируется на ценности будущего с учетом влияния прошлого [4].

Создавая теорию личности, К. Роджерс исходил из того, что к личностному самосовершенствованию способен каждый человек. И, «Я-концепция», по мнению Роджерса, является важным компонентом структуры личности. Она может быть амбивалентной, положительной и отрицательной, и является интегральным механизмом саморегуляции поведения человека, также в процессе взаимодействия человека с окружающим миром складывается «Я-концепция».

В зависимости от того, насколько человек счастлив, доволен жизнью, в такой степени соотносятся между собой его «реальное» и «идеальное» Я. Несоответствие между представлением о себе и актуальным опытом возникает тогда, когда реальный жизненный опыт противоречит сложившейся «Я-концепции».

Согласно теории Франкла, по отношению к своим потребностям человек обладает свободой и в поисках смысла может «выйти за грани самого себя». Истинно человеческое поведение, по мнению Франкла, - это воля к смыслу, а не воля к власти (Адлер) и не принцип удовольствия (Фрейд). Разные формы неврозов возникают при утрате смысла. Реальность такова, что человек должен не столько достигать «равновесия» со средой, сколько все время противостоять тяготам жизни, отвечать на ее вызов. В связи с этим возникает напряженность, с которой личность может справиться посредством свободы воли, которая позволяет дать смысл самым критическим и безвыходным ситуациям. Способность изменить смысл ситуации «даже тогда, когда дальше идти некуда» является свободой.

Как средство осуществления смысла, а не как самоцель трактовал самоактуализацию Франкл. Быть человеком, по мнению Франкла - стало быть направленным на что-то иное, чем он сам, быть открытым миру смыслов. Что обозначает самоотрансценденцию, а не самоактуализацию. Именно за счет ее, и найдя смысл жизни в любви, страдании, совершая поступки, связанные с открытыми ценностями, развивается личность [1].

Г. Олпорт, являясь одним из основателей гуманистической психологии, рассматривает её как альтернативу механицизму поведенческого, биологического, инстинктивного психоаналитического подходов. В теории Г. Олпорта открытой и саморазвивающейся системой является личность. Автор исходит из того, что человек, являясь социальным существом, при этом не может развиваться, не взаимодействуя с окружающим миром.

Г. Олпорт является одним из первых, кто высказался об уникальности человека, поскольку каждая личность уникальна и неповторима в совокупности разных потребностей, качеств и черт. Данные отличия содействуют характерному для каждого человека формированию личности и становления в жизни.

На основные и инструментальные классифицировал Олпорт потребности или черты личности. Врожденными и генотипическими являются основные черты, которые стимулируют поведение,

инструментальные складываются в процессе жизни человека и оформляют его поведение, другими словами являются фенотипическими образованиями. С точки зрения Олпорта, совокупность данных черт образуют ядро личности и придают ей неповторимость и уникальность [3].

Американский психолог Р. Мэй является еще одним представителем гуманистической психологии. Идеи экзистенциальной философии и взгляды А.Адлера повлияли на его психологическую концепцию. По мнению Р. Мэя, способность воспринимать себя и как субъекта, и как объект является одним из важнейших свойств человеческой психики. Пространство свободы воли задают данные два полюса сознания. Здесь Мэй понимает возможность смены одного состояния другим и свободу выбора одного из этих двух состояний.

Процесс становления личности по мнению Мэя связан с развитием самосознания, которое характеризуется интенциональностью и осознанием своей идентичности. В концепции Мэя проступают черты психологии Брентано и психоанализа. Особенно влияние психоанализа ощутимо в его трактовке бессознательного, которое он связывает с нереализованностью человека. Нереализованность приводит к возникновению тревоги. Мэй допускал, что человеку нужно осознать причины его тревоги, мешающей свободному развитию. Свобода связана с гибкостью, открытостью, готовностью к изменениям, что помогает человеку осознать себя и выстроить адекватный своей индивидуальности образ жизни [5].

Таким образом, гуманистический подход основывается на признании человеческого в каждом человеке и изначальном уважении к его уникальности и автономии.

Библиографический список

1. Иванова А.Ю., Малышкина М.В. Психология личности: учеб. пособие. СПб.: Издательство Санкт-Петербургского университета технологий управления и экономики, 2018. 260 с.
2. Маслоу А. Мотивация и личность. СПб.: Питер, 2014. 294 с.
3. Петровский А.В., Ярошевский М.Г. История и теория психологии. М.: Просвещение, 2010. 315 с.
4. Роджерс К.Р. Становление личности. Взгляд на психотерапию. М.: Эксмо-Пресс, 2011. 420 с.
5. Фрейджер Р. Фейди Дж. Гуманистическая, трансперсональная и экзистенциальная психология. К. Роджерс, А. Маслоу и Р. Мэй. СПб.: Прайм-Еврознак, 2007. 221 с.