

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**АМУРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**  
**(ФГБОУ ВО «АмГУ»)**

**ТЕОРИИ ЛИЧНОСТИ В КЛИНИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ**  
**сборник учебно-методических материалов**  
для специальности 37.05.01 – Клиническая психология

Благовещенск, 2017

*Печатается по решению  
редакционно-издательского совета  
факультета социальных наук  
Амурского государственного  
университета*

*Составитель: Закаблук А.Г.*

Психология личности: сборник учебно-методических материалов для специальности 37.05.01  
Клиническая психология. – Благовещенск: Амурский гос. ун-т, 2017. – 47 с.

© Амурский государственный университет, 2017

© Кафедра психологии и педагогики, 2017

© Закаблук А.Г., составление

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Краткое изложение лекционного материала	4
2. Методические рекомендации (указания) к практическим занятиям	42
3. Методические указания для самостоятельной работы студентов	46

## 1. КРАТКОЕ ИЗЛОЖЕНИЕ ЛЕКЦИОННОГО МАТЕРИАЛА

### Тема 1. Феноменология личности: общепсихологический и клинический подходы

Личность как метапсихологическая категория. Особенности изучения и описания личности в различных науках о человеке. Общепсихологический подход к пониманию личности. Роль биологического и социального в становлении личности. Проблема личности в клинической психологии. Понятия личностной зрелости и здоровья личности. Психическое и психологическое здоровье. Развитие личности; факторы, способствующие и препятствующие личностному развитию. Базовые дихотомии в описании личности: свобода – детерминизм, рациональность – иррациональность, холизм – элементаризм, конституционализм – инвайронментализм, изменяемость – неизменность, субъективность – объективность, проактивность – реактивность, гомеостаз – гетеростаз, познаваемость – непознаваемость.

*Личность как метапсихологическая категория.* Понятие личности. Структура личности. Соотношение понятий «индивид», «личность», «субъект», «Личность – это конкретный человек, взятый в системе его устойчивых социально обусловленных психологических характеристик, которые проявляются в общественных связях и отношениях, определяют его нравственные поступки и имеют существенное значение для него самого и окружающих. – Маклаков. Интересы, ценности и мотивы личности. Потребности личности.

Основные принципы анализа личности:

- 1) Личностью не рождаются, личностью становятся;
- 2) Личность – конкретное выражение сущности и одновременно выражение социально значимых черт данного общества, его культуры;
- 3) Вхождение личности в общество происходит через вхождение ее в различные социальные общности, которые являются основным путем соединения общества и человека.

*Особенности изучения и описания личности в различных науках о человеке.* Личность» является не только понятием или концептом социальных и гуманитарных наук, но и сам этот концепт является предметом отдельного исследования, причем важной для наук о человеке будет не только, так сказать, «содержательная» сторона этого понятия, но и «формальная» его часть, касающаяся происхождения терминов, которые выражают идею личности, их этимологических значений и т.д.

О том, что понятие личности в социальной истории не всегда отождествлялось с индивидом, говорят многие исторические и этнографические свидетельства. Нередко речь в них идет о личности коллективной.

В культурных и юридических системах первого типа наказание или возвышение будет распространяться не только на непосредственного виновника или героя, но и на весь его род. Таковы были границы личности в Древнем Риме, в средневековой Руси.

Христианская эпоха выстраивает тип личности, который, с одной стороны, не нуждается в подобном внешнем социальном контроле, избегает его, а с другой - дисциплинирует самоконтроль как основу личного бытия. Личность в христианстве возникает не из отношения человека и общества, а из отношения человека и Бога, который дарует (творит) душу.

В юридической науке представление о личности обычно вводится в связи с характеристикой прав, свобод и обязанностей человека и гражданина, и личность понимается как индивидуально определенная совокупность социально значимых свойств человека, проявляющихся в отношениях между людьми. Личность рассматривается как принадлежность человека. Поэтому в нормативно-правовых актах понятия «человек» и «личность» используются как синонимы.

Под «личностью» в современном социально-философском знании понимают обычно как 1) устойчивую систему социально-значимых черт, характеризующих индивида как члена того или иного общества или общности; так и 2) индивидуального носителя этих черт как свободного и ответственного субъекта сознательной волевой деятельности. Проблема личности в философии - это прежде всего вопрос о том, какое место занимает человек в мире, чем он фактически является и чем он может стать, каковы границы его свободного выбора и социальной ответственности.

Педагогика должна иметь научное представление о личности учащегося, поскольку ученик - это предмет и одновременно субъект педагогического процесса. В зависимости от понимания сущности личности и ее развития строятся педагогические системы. Педагогика использует понятие личности, взятое из психологической науки.

*Общепсихологический подход к пониманию личности.* В работах Б.Д. Парыгина модель личности, которая должна занять место в системе социальной психологии, предполагает соединение двух подходов: социологического и общепсихологического. Социологический подход характеризуется тем, что в нем личность рассматривается преимущественно как объект социальных отношений, а общепсихологический -- тем, что здесь акцент сделан лишь «на всеобщих механизмах психической деятельности индивида».

Социально-психологические теории личности. Точка зрения на понятие личности в общей и дифференциальной психологии. Личность в психологии развития.

*Роль биологического и социального в становлении личности.* Разграничение понятий «человек», «личность», «индивид», «индивидуальность». Биологическое развитие: морфологические, биохимические, физиологические показатели. Социальное развитие личности: психические, духовные, интеллектуальные показатели. Личность как субъект отношений и общественной деятельности. Понятие социализации личности.

Человек – это живое существо, обладающее даром мышления и речи, способностью создавать орудия и пользоваться ими в процессе труда, он представляет собой единство физического и духовного, природного и социального, наследственного и приобретенного.

Личностью принято считать человеческий индивид как продукт общественного развития, субъект труда, общения и познания, детерминированный конкретно-историческими условиями жизни общества.

Понятие индивид предполагает лишь принадлежность к человеческому роду и не включает конкретных социальных или психологических характеристик. В то же время понятие индивидуальность обозначает совокупность унаследованных и выработанных в процессе онтогенеза физических и психических особенностей, отличающих данного индивида от всех остальных. Проявляется индивидуальность в чертах характера и темперамента, в эмоциональной, интеллектуальной и волевой сферах, в интересах, потребностях и способностях человека.

Сопоставляя понятия «человек», «индивид», «личность», «индивидуальность», ученые утверждают, что индивидом рождаются, личностью становятся, а собственную индивидуальность отстаивают.

Человек, появляясь на свет существом почти исключительно биологическим, в процессе развития превращается в существо социальное, в личность как субъект отношений и общественной деятельности.

*Проблема личности в клинической психологии.*

Направленность личности. Качества направленности личности. Уровень: общественная значимость направленности. Формы направленности: влечения, желания, интересы, склонности, идеалы, мировоззрение, убеждения. Понятие «интерес». Понятие «мировоззрение». Понятие «темперамент». Типы нервной системы. Соотношение типов нервной системы и темпераментов. Типологические черты темпераментов. Понятие «интеллект». Понятие «способность». Инфраструктура интеллекта. Нарушения интеллекта. Исследование интеллекта. Понятие «характер». Акцентуации характера. Явная и скрытые акцентуации. Классификация акцентуаций. Взаимосвязь личностных акцентуаций с отклоняющимся поведением.

*Понятия личностной зрелости и здоровья личности.*

Качественное различие между здоровым и патологическим функционированием психики. Понятие «проприум». Проприум охватывает все аспекты личности, способствующие формированию чувства внутреннего единства; это некоторая организующая и объединяющая сила, назначение которой – формирование уникальности человеческой жизни.

Проприотические функции: 1) ощущение собственного тела как телесной основы самосознания; 2) ощущение самоидентичности; 3) чувство самоуважения, основанное на осозна-

нии успешности в достижении различных целей; 4) расширение самости за счет осознания внешних объектов как «моих» или «связанных со мной»; 5) образ себя, способность представлять себя и думать о себе; 6) рациональное управление самим собой; 7) проприативное стремление, выражающееся в постановке и достижении перспективных целей и в процессе самосовершенствования.

Полноценное, естественное формирование этих аспектов самости и обеспечивает личности здоровье и зрелость.

Черты зрелого человека: 1) зрелый человек имеет широкие границы Я; 2) зрелый человек способен к теплым, сердечным социальным отношениям; 3) зрелый человек демонстрирует эмоциональную стабильность и самопринятие; 4) зрелый человек демонстрирует реалистическое восприятие, опыт и притязания; 5) зрелый человек демонстрирует способность к самопознанию и чувство юмора; 6) зрелый человек обладает цельной философией.

Основные ценностные ориентации.

В свете теории Г. Олпорта, здоровье тождественно личностной зрелости, которая обретается в процессе личностного роста и предполагает: 1) сформированность проприотических функций (или интегративных аспектов самости); 2) свободу, выражающуюся в ответственном самоопределении; 3) проактивность или целеустремленность; 4) цельную философию жизни или мировоззрение, основанное на определенной системе ценностей.

*Психическое и психологическое здоровье.*

Понятие «психическое здоровье». Критерии психического здоровья. Классификация психических аномалий: 1) психозы –тяжелые душевные заболевания, бытовым языком «сумасшествие»; 2) психопатии, представляющие собой не болезнь, а аномалии характера; в настоящее время вместо слово «психопатия» употребляют термин «личностное расстройство»; 3) неврозы – легкие психические расстройства; 4) слабоумие.

Также в отечественной медицине употребляется термин пограничное состояние, под которым подразумеваются нерезко выраженные нарушения, граничащие с состоянием здоровья и отделяющим его от собственно патологических психических нарушений.

Понятие «психологическое здоровье». Уровни психологического здоровья: 1) К высшему уровню психологического здоровья – креативному – можно отнести людей с устойчивой адаптацией к среде, наличием резерва сил для преодоления стрессовых ситуаций и активным творческим отношением к действительности, наличием созидательной позиции. Такие люди не нуждаются в психологической помощи; 2) К среднему уровню – адаптивному – отнесем людей, в целом адаптированных к социуму, однако имеющих несколько повышенную тревожность; 3) Низший уровень – это дезадаптивный, или ассимилятивно-аккомодативный. К нему можно отнести людей с нарушением баланса процессов ассимиляции и аккомодации и использующих для разрешения внутреннего конфликта либо ассимилятивные, либо аккомодативные средства. Характеристики психологически здорового человека.

*Развитие личности; факторы, способствующие и препятствующие личностному развитию.* Основные факторы, влияющие на развитие человека. Влияние общения и социальной коммуникации на развитие личности. Воспитание как важнейшее условие развития личности. Коллективная деятельность Самовоспитание и самоосознавание, как фактор формирования развития личности. Факторы, оказывающие влияние на формирование личности, делят на следующие типы:

- 1) биологическая наследственность;
- 2) физическое окружение;
- 3) культура;
- 4) групповой опыт;
- 5) уникальный индивидуальный опыт.

*Базовые дихотомии в описании личности: свобода – детерминизм, рациональность – иррациональность, холизм – элементаризм, конституционализм – инвайронментализм, изменяемость – неизменность, субъективность – объективность, проактивность – реактив-*

*ность, гомеостаз – гетеростаз, познаваемость – непознаваемость.* В философских трактатах свобода часто рассматривается в качестве антитезиса детерминизма. Когда свобода определяется в терминах прав и возможностей выбора, то при таком подходе пропадает ее несовместимость с детерминизмом. С этой точки зрения свобода не воспринимается негативно, как отсутствие средств воздействия или просто недостаток внешнего принуждения. Скорее, она определяется позитивно в терминах навыков личных команд и опыта самовлияния, которые являются выбором, сделанным в соответствии с действующими требованиями. Анализ свободы с психологической точки зрения, в конце концов, приводит к рассуждениям о метафизической природе детерминизма. Определяют ли люди отчасти свое поведение сами или оно управляется исключительно теми силами, которые находятся вне их контроля. Действия людей играют активную роль в создании тех подкрепляющих условий, которые оказывают на них свое воздействие. Как было показано ранее, поведение отчасти формирует внешнюю среду и среда влияет на поведение реципрокным образом. Поэтому к часто повторяемому изречению «измени внешние условия и ты изменишь поведение», следует добавить обратную фразу – «измени поведение и ты изменишь внешние условия». С точки зрения философского анализа все события могут быть объяснены бесконечной регрессией причин.

Философия традиционно выделяла в акте человеческого познания два его различных вида: чувственное (перцептивное) и рациональное. Первый самоочевидно связан с деятельностью наших органов чувств (зрения, слуха, осязания и пр.). Второй подразумевает работу разума – абстрактно-понятийное мышление, рассудочную деятельность человека. В методологии научного познания рациональность понимается двояко. Чаще всего рациональность истолковывается как соответствие законам разума – законам логики, методологическим нормам и правилам. То, что соответствует логико-методологическим стандартам, – рационально, то, что нарушает эти стандарты, – нерационально или даже иррационально. Иррациональное (от латинского *irrationalis* – неразумный) – находящееся за пределами разума, алогическое, неинтеллектуальное, несоизмеримое с рациональным мышлением или противоречащее ему. Иррациональное – нечто, находящееся за пределами разума, противоречащее логике. К сфере иррационального может быть отнесен широкий спектр проявлений человеческого внутреннего мира: эмоции, страсти, переживания, состояния сознания, интуиция, воля, различного рода озарения и духовные экстазы. Иррациональными называют также явления, характеризующиеся парадоксальностью, алогичностью, абсурдностью, т.е. не подчиняющиеся законам логики. В рационалистической философской традиции термин «иррациональное» имеет негативный оттенок и указывает на возможную гипертрофию роли вне-рациональных факторов в человеческой жизни и познании. Вне-рациональное знание – знание, не вписывающееся в жесткие каноны научной рациональности, а также представляющее собой способ освоения действительности, отличный от науки.

Сторонники холистического положения утверждают: человеческая природа такова, что поведение можно объяснить только путем изучения индивида как единого целого. Элементалистическая позиция, наоборот, предполагает, что природа человека и поведение как ее результат могут быть объяснены только путем исследования каждого фундаментального аспекта поведения отдельно, независимо от остальных. Холисты утверждают: чем на большее количество фрагментов разделить организм, тем с большей вероятностью мы будем иметь дело с абстракциями, а не с живым человеком. Сторонники элементализма доказывают, что систематическое понимание поведения человека может быть достигнуто только посредством детального анализа его составных частей.

В какой степени то, что называется личностью, представляет собой результат действия генетических факторов, а в какой степени она – продукт окружающей среды? Проблема «природа или воспитание». У конституционализма (положение о наследовании черт) длинная история в психологии. Еще Гиппократ и Гален высказывали мнение о том, что темперамент индивидуума обусловлен уникальным соотношением (балансом) четырех соков организма. Инвайронментализм – тоже не новая идея в психологии. Уотсон делал упор на основных процессах обусловливания, основываясь на исходной предпосылке о том, что окружаю-

щая среда имеет определяющее значение в формировании поведения человека. В самом деле, исследование научения считают таким важным именно потому, что научение – психологический процесс, посредством которого окружающая среда формирует поведение. Интеракционистская позиция.

Суть вопроса, содержащегося в этом положении, такова: до каких пределов индивидум способен фундаментально меняться на протяжении жизни? Проще говоря, насколько действительно может изменяться основной склад личности? Является ли глубинное изменение необходимым компонентом эволюции или развития личности? Являются ли поверхностные изменения, которые мы наблюдаем у себя и других людей, только внешними, в то время как лежащая в основе поведения структура личности остается стабильной и незатронутой изменениями? Эриксон (Erikson, 1982) допускал изменимость личности гораздо в большей степени, чем Фрейд. Подчеркивая, что жизнь – это постоянные изменения, Эриксон описывал личность, как обязательно проходящую в своем развитии определенные стадии, каждая из которых отмечена особым психосоциальным кризисом. Изменения личности продолжаются в благоприятном или неблагоприятном направлении в зависимости от того, каким способом люди разрешают эти кризисы. Совершенно противоположным образом Фрейд (Freud, 1925) представляет базисную структуру характера человека такой, какой она устанавливается под влиянием переживаний в детстве. С точки зрения Фрейда, несмотря на поверхностные изменения в поведении человека на протяжении жизни, основная структура его характера остается в значительной степени неизменной. Существенные же изменения личности могут быть достигнуты в лучшем случае с большим трудом и то только в результате длительного и очень болезненного процесса психоаналитической терапии.

Верно ли то, что люди живут в сугубо личном, субъективном мире опыта, и этот мир оказывает решающее влияние на их поведение? Или на их поведение влияют прежде всего, если не исключительно, внешние, объективные факторы? В этом заключается суть положения о субъективности-объективности философских расхождений между бихевиоризмом и феноменологией в современной психологии. Проиллюстрируем это предположение. Карл Роджерс, чья теория представляет феноменологическое направление в теории личности, утверждал: «Внутренний мир индивидуума, видимо, оказывает более существенное влияние на его поведение, чем внешние стимулы окружающей среды». Скиннер, наиболее влиятельная фигура в современном бихевиоризме, утверждал: «Задача научного анализа – объяснить, каким образом поведение субъекта как физической системы соотносится с условиями, в которых эволюционирует человек как вид, а также с условиями, в которых индивид живет». ...и далее: «Мы можем следовать путем, проложенным физикой и биологией, изучая связь между поведением и окружающей средой напрямую, и можем пренебречь положением о промежуточной роли сознания. Для Скиннера (и частично для современного бихевиоризма) поведение человека является в значительной степени результатом воздействия внешних, объективных факторов – именно эти закономерные взаимосвязи между данными факторами и поведением организма должна изучать наука психология.

Вопрос проактивности-реактивности имеет непосредственное отношение к локусу причинности в объяснении поведения человека. Иными словами, где следует, искать истинные причины поведения человека? Порождают ли его внутренние факторы, или оно представляет собой просто серию ответов на внешние стимулы? Суть проактивного взгляда выражена в убеждении, что истоки всех форм поведения находятся внутри самой личности. Люди скорее совершают поступки и действуют, чем реагируют. Персонологи, принявшие положение проактивности, твердо верят, что поведение человека обусловлено внутренними факторами. Маслоу выразил проактивный взгляд на человека следующим образом: «Будущее человека находится внутри него, и оно в данный конкретный момент динамически активно». С позиций реактивности поведение интерпретируется в основном как реакция на стимулы из внешнего мира. Действительные причины поведения рассматриваются в этом случае в качестве исключительно внешних по отношению к субъекту. Положение реактивности ясно выразил



Скиннер: «Не суть важно, что происходит внутри тела человека; независимо от того, насколько полно мы знаем это, мы сможем объяснить поведение человека».

Положение гомеостаз-гетеростаз в своей основе имеет отношение к мотивации человека. Движет ли индивидуумом прежде всего (или исключительно) необходимость уменьшения напряжения и сохранения состояния внутреннего равновесия (гомеостаз)? Или основная его мотивация направлена на развитие, поиск новых стимулов и самопроявление (гетеростаз)? В середине нашего столетия Джон Доллард и Нил Миллер отстаивали позицию гомеостаза. Они полагали, что личностные характеристики приобретаются посредством научения, которое всегда предполагает взаимосвязь между факторами побуждения (например, голод) и подкрепления (в данном случае пища). Согласно теории Долларда и Миллера, подкрепление всегда уменьшает силу первоначального побудительного стимула. Примерно в то же самое время, когда Доллард и Миллер впервые обосновывали принцип гомеостаза, Маслоу и Роджерс выдвинули совершенно иную концепцию мотивации человека. Эти теоретики гетеростаза считали, что основой мотивации людей является непрерывный поиск личностного роста и самоосуществления. Человек живет не только благодаря редукции потребности. Вместо того, чтобы направлять свое поведение на удовлетворение потребности, а значит, на уменьшение напряжения, люди, согласно своей природе, постоянно ищут новые стимулы и возможности испытать свои силы, чтобы проявить себя. Благодаря этой мотивационной тенденции и происходит развитие личности. Это базисное положение породило множество логических построений. Теории личности, созданные убежденными сторонниками гомеостаза, могут предлагать в качестве предмета исследования содержание и разнообразие основных потребностей человека или его инстинктов; различные личностные механизмы, которые вырабатываются у индивидуумов с целью снижения напряжения, создаваемого потребностями; а также процессы, обеспечивающие становление механизмов понижения напряжения. А в теориях личности гетеростатной ориентации будут подчеркиваться интеграция мотивов человека, подчиненная задачам самопроявления, устремленности в будущее, а также различные средства, с помощью которых люди достигают личностного роста и самоосуществления.

Является ли человек в конечном счете полностью познаваемым наукой или в его природе есть нечто, превосходящее потенциал научного познания? Очевидно, что в настоящее время персонологи не знают о человеке всего, и вопрос состоит только в том, смогут ли они достичь этого когда-нибудь в будущем. Теоретики личности резко расходятся в мнениях относительно познаваемости-непознаваемости. До некоторой степени эти разногласия связаны с позицией, которую они занимают по другим базисным положениям. Например, сторонник детерминизма и объективности будет рассматривать человеческую личность как доступную научному познанию; в сущности, эти два положения потенциально помещают поведение человека в традиционную сферу научного анализа. Джон Б. Уотсон исторически олицетворяет собой познаваемость как философское положение. Уотсон был абсолютно убежден в том, что систематическое наблюдение и научный эксперимент помогут открыть принципы, лежащие в основе поведения человека. В своей книге «Центрированная на клиенте терапия» Роджерс доказывал, что каждый индивидуум живет в постоянно меняющемся мире субъективного опыта, являясь его центром. Он развил это представление дальше на основе убеждения, что личный мир опыта является конфиденциальным, частным, и может быть познан в подлинном или полном смысле только самим субъектом. Каким бы полным знанием о личности мы ни обладали в будущем, данный взгляд с необходимостью подразумевает, что индивидуумы не могут быть познаны наукой

## **Тема 2. Базовые составляющие теории личности в клинической психологии.**

Понятие теории личности. Компоненты теории личности (по Л. Хьеллу, Д. Зиглеру): описание структуры личности, описание процессуальных аспектов функционирования индивидуума (мотивации), объяснение механизмов развития личности, понятие психопатологии и психического здоровья, обоснование возможностей изменения личности с помощью терапевтического воздействия. Критерии оценки теории личности (по Л. Хьеллу, Д. Зиглеру): ве-

рифицируемость, эвристическая ценность, внутренняя согласованность, экономность, широта охвата, функциональная значимость. Варианты классификации теорий личности.

*Понятие теории личности.* Понятие личности. Личностные качества человека. Определение понятию «Теория личности». Психодинамическая теория личности. Аналитическая теория личности. Гуманистическая теория. Когнитивная теория. Поведенческая теория личности. Деятельностная теория личности. Диспозициональная теория личности.

Сегодня психология трактует личность как социально-психологическое образование, которое формируется благодаря жизни человека в обществе. Человек как общественное существо приобретает новые (личностные) качества, когда вступает в отношения с другими людьми и эти отношения становятся «образующими» его личность. У индивида в момент рождения еще нет этих приобретаемых (личностных) качеств.

По определению Р.С. Немова, личность – это человек, взятый в системе таких его психологических характеристик, которые социально обусловлены, проявляются в общественных по природе связях и отношениях, являются устойчивыми и определяют нравственные поступки человека, имеющие существенное значение для него самого и окружающих.

Теория личности – это совокупность гипотез, или предположений о природе и механизмах развития личности. Теория личности пытается не только объяснить, но и предсказать поведение человека.

Основные вопросы, на которые должна ответить теория личности, заключаются в следующем:

1. Каков характер главных источников развития личности – врожденный или приобретенный?
2. Какой возрастной период наиболее важен для формирования личности?
3. Какие процессы являются доминирующими в структуре личности – сознательные (рациональные) или бессознательные (иррациональные)?
4. Обладает ли личность свободой воли, и в какой степени человек осуществляет контроль над своим поведением?
5. Является ли личный (внутренний) мир человека субъективным, или внутренний мир объективен и может быть выявлен с помощью объективных методов?

Каждый психолог придерживается определенных ответов на поставленные выше вопросы. В науке о личности сложилось семь довольно устойчивых комбинаций таких ответов, или теорий личности. Выделяют психодинамическую, аналитическую, гуманистическую, когнитивную, поведенческую, деятельностную и диспозитивную теории личности.

*Компоненты теории личности (по Л. Хьюеллу, Д. Зиглеру):* описание структуры личности, описание процессуальных аспектов функционирования индивидуума (мотивации), объяснение механизмов развития личности, понятие психопатологии и психического здоровья, обоснование возможностей изменения личности с помощью терапевтического воздействия.

Основным признаком любой теории личности являются структурные концепции, имеющие дело с относительно неизменными характеристиками, которые люди демонстрируют в различных обстоятельствах и в разное время. Эти стабильные характеристики выполняют роль основных строительных блоков человеческой психики.

Для объяснения того, что представляют собой люди, персонологи предложили некую мозаику, составленную из концепций. Один из наиболее популярных примеров структурных концепций – это концепция черт личности. Черта рассматривается как устойчивое качество или склонность человека вести себя определенным образом в разнообразных ситуациях.

Теории личности различаются в зависимости от концепций, используемых при описании структуры личности. Некоторые теоретики выдвигают в высшей степени сложные и тщательно разработанные построения, множество составных частей которых связаны друг с другом мириадами путей.

Целостная теория личности должна объяснять, почему люди поступают так, а не иначе. Концепции мотивации, или, другими словами, процессуальные аспекты функционирования

индивидуума, фокусируются на динамических, изменяющихся особенностях поведения человека.

Усилия, сопряженные с попытками понимания преходящих, текущих аспектов поведения, привели к множеству теоретических находок. В некоторых теориях высказывается предположение, что все личностные процессы – от сексуальной разрядки до чувства юмора – происходят от попыток индивидуума уменьшить напряжение. Так называемая редуционистская модель мотивации, первоначально описанная Фрейдом, предполагает, что физиологические (биогенные) потребности индивида создают напряжение, и это заставляет его искать разрядки путем удовлетворения данных потребностей. Некоторые теоретики подчеркивают, что человек испытывает потребность в повышении напряжения, побуждающую его переживать новый опыт, связанный с риском и даже угрозой для жизни. Тем самым повышается его личностная реализация.

Если рассматривать личность как совокупность стабильных, длительно существующих характеристик, понимание того, как они развиваются, приобретает характер чего – то большего, чем праздное любопытство. *Концепции развития* фокусируются на вопросе о том, как мотивационные аспекты функционирования личности меняются от младенчества до зрелости, а потом в старости. Объяснение этих изменений является ключевым компонентом в теории личности.

Личностное развитие происходит на протяжении всей жизни. Соответственно, некоторые теоретики предложили стадийную модель для понимания фаз роста и развития в жизни человека. Теория Фрейда, в которой формирование личности представлено в виде последовательности стадий психосексуального развития, является одним из примеров этого подхода. В качестве другого примера можно назвать концепцию восьми стадий развития эго, сформулированную Эриксоном. В противоположность упомянутым авторам, многие ученые – теоретики подчеркивают роль взаимоотношений между родителем и ребенком как значимого фактора в понимании проблемы развития. Личностный рост обусловлен множеством внешних и внутренних детерминант. К внешним, или детерминантам окружения, относятся: принадлежность индивидуума к определенной культуре, социально – экономическому классу и уникальной для каждого семейной среде. С другой стороны, внутренние детерминанты включают генетические, биологические и физиологические факторы. Дальнейшее описание множества изменений, сопровождающих наше развитие – физических, социальных, интеллектуальных, эмоциональных, моральных и т. д., – показывает, какой сложной является проблема развития человека.

Еще одна проблема, с которой сталкивается всякая теория личности, заключается в необходимости объяснения причин того, почему некоторые люди оказываются не в состоянии приспособиться к требованиям общества и эффективно функционировать в нем. На самом деле, каждый персонолог уделяет внимание вопросу о том, почему некоторые люди демонстрируют патологические или неадекватные стили поведения в повседневной жизни. *Этиология* – изучение и объяснение причин ненормального функционирования – является центральной темой этого компонента теории личности.

Необходимость объяснения причин патологического поведения привела к развитию различных подходов. Например, теоретики, придерживающиеся психодинамической ориентации, убеждены, что конфликты, не нашедшие разрешения в детстве, могут приводить к патологическому поведению в зрелом возрасте. Сами эти конфликты возникают в результате одновременного существования противоречивых желаний в отношении секса и агрессии. Конфликты приводят к развитию болезненных симптомов. Далее, поскольку эти конфликты не осознаются и человек не понимает, что же послужило причиной появления симптомов, последние усиливаются, тем самым усугубляя страдания. Бихевиоральное направление, наоборот, само поведение рассматривает как проблему. Ученые, стоящие на подобных позициях, полагают: чтобы объяснить ненормальное поведение, нет необходимости в построении гипотез и тщательном исследовании глубинных, недоступных наблюдению механизмов. Вместо этого следует проанализировать, как произошло научение отклоняющемуся поведе-

нию в прошлом и благодаря каким обстоятельствам окружения индивидуума это поведение сохранилось в настоящем.

Некоторые теоретики предполагают, что поведение людей – как нормальное, так и ненормальное – несет на себе отпечаток семейного окружения, общества и культуры. Все мы являемся частью социального каркаса семьи, друзей, знакомых и даже незнакомых людей; некоторые виды взаимоотношений с окружающими, в которые мы вовлекаемся, могут усиливать отклонения в поведении и даже стать причиной их возникновения. Приверженцы социокультурной модели психической патологии утверждают, что стрессы и конфликты, которые люди переживают в повседневном взаимодействии, могут вызывать и поддерживать патологические формы поведения.

Пытаясь учесть многообразие аспектов поведения человека, надежная теория личности должна предложить критерии оценки здоровой личности. Вопрос состоит в том, что именно входит в понятие здорового образа жизни. Поставленный теоретиками личности, он является важным компонентом их наиболее общих концептуальных моделей.

Поскольку теории личности дают определенную информацию для понимания причин психопатологии, отсюда естественным образом вытекает, что они также предлагают пути коррекции отклоняющегося от нормы поведения. Во многих теориях личности были достаточно подробно разработаны клинические, или консультативные, аспекты.

*Критерии оценки теории личности (по Л. Хьеллу, Д. Зиглеру): верифицируемость, эвристическая ценность, внутренняя согласованность, экономность, широта охвата, функциональная значимость.*

**Верифицируемость.** По данному критерию теория оценивается позитивно в той степени, в какой ее положения открыты для проверки, осуществляемой независимыми исследователями. Это означает, что теория должна быть сформулирована таким образом, чтобы содержащиеся в ней концепции, предложения и гипотезы были определены ясно и недвусмысленно и логически связаны друг с другом.

**Эвристическая ценность.** Для психолога эмпирической ориентации вопрос о том, в какой степени теория стимулирует ученых проводить дальнейшие исследования, имеет первостепенное значение. Теории личности чрезвычайно сильно различаются по своей способности удовлетворять этому требованию. Некоторые из наиболее спорных теоретических определений личности, такие, например, как гуманистическая теория Эриха Фромма и теория личностных конструктов Джорджа Келли, дают минимальный импульс для дальнейшей исследовательской деятельности внутри самой психологии. Подобное положение дел обычно является результатом того, что теоретик не сумел дать рабочее определение своим концепциям, то есть не установил, с помощью каких операций они могут быть измерены или с какими наблюдаемыми характеристиками поведения они соотносятся. Конечно, компетентные последователи выдающегося теоретика могут повысить эвристическую ценность теории путем перевода базисных концепций в такую форму, которая даст толчок исследовательской активности.

**Внутренняя согласованность.** В этом критерии заключено следующее условие: теория должна быть свободна от внутренних противоречий. То есть хорошая теория должна объяснять несхожие между собой феномены, следуя внутренне логичному методу. Заслуживающая внимания теория также должна состоять из положений и определений, которые последовательно согласуются друг с другом.

**Экономность.** Теорию также можно оценивать с позиции количества концепций, требуемых для описания и объяснения событий в пределах сферы охвата данной теории. Согласно принципу экономности, более простые и более четкие объяснения предпочтительнее более сложных. Иначе говоря, чем меньшее количество концепций и предположений требуется данной теории для объяснения какого-либо феномена, тем она лучше. И наоборот, при прочих равных условиях, теория, содержащая избыточное количество концепций и предположений, рассматривается, в целом, как неудачная.

Функциональная значимость Последний из критериев определения хорошей теории состоит в ее способности помочь людям понять их повседневное поведение. Теория должна также помогать людям решать их проблемы. Вполне естественно, что фактически всех нас привлекает возможность узнать как можно больше о себе и об окружающих нас людях.

*Варианты классификации теорий личности.*

Классификация Р. С. Немова: по способу объяснения поведение; по способу получения данных о личности; по углу зрения на личность; исходя из возрастного диапазона; в зависимости от понятий, в которых описывается личность.

Классификация теорий личности исходя из представлений о «природе человека»: - человек от природы плох; - человек от природы хорош и добр; - человек от природы нейтрален; - человек от природы неоднозначен.

### **Тема 3. Психодинамические теории личности. Эго-психология**

Классический психоанализ в рудах З. Фрейда. Топографическая модель сознания и структура личности. Психосексуальное развитие. Природа тревоги и защитные механизмы Эго. Глубинная психология К.Г. Юнга и юнгианский психоанализ: представления о психологическом здоровье и способах его достижения. Индивидуум как творческое и самоопределяющееся целое в концепции А. Адлера. Социальный интерес и стремление к превосходству как основа развития личности. Природа невроза. Представления о личности в Эго-психологии. Эпигенетический принцип в теории Э. Эриксона. Представления о нормальном и искаженном развитии. Теория К. Хорни. Связь межличностных и интрапсихических защит. Главный внутренний конфликт. Теория личности Э. Фромма. Модусы бытия и социальный характер личности. Невроз личности и «невроз общества». Возможности и ограничения использования психоаналитических теорий личности в клинической психологии.

*Классический психоанализ в рудах З. Фрейда.* Структура личности в теории З. Фрейда. Методы исследования бессознательного Фрейдом. Стадии развития по Фрейду. Понятие невроза в теории Фрейда.

*Топографическая модель сознания и структура личности.* 3 уровня психической жизни (сознание, предсознательное и бессознательное). Характеристика уровня сознания. Область предсознательного. Бессознательное.

В течение длительного периода развития психоанализа Фрейд применял топографическую модель личностной организации. Согласно этой модели, в психической жизни можно выделить три уровня: сознание, предсознательное и бессознательное. Рассматривая их в единстве, Фрейд использовал эту «психическую карту», чтобы показать степень осознаемости таких психических явлений, как мысли и фантазии.

Уровень сознания состоит из ощущений и переживаний, которые вы осознаете в данный момент времени. Фрейд настаивал на том, что только незначительная часть психической жизни (мысли, восприятие, чувства, память) входит в сферу сознания.

Область предсознательного, иногда называемая «доступной памятью», включает в себя весь опыт, который не осознается в данный момент, но может легко вернуться в сознание или спонтанно, или в результате минимального усилия.

Самая глубокая и значимая область человеческого разума – это бессознательное. Бессознательное представляет собой хранилище примитивных инстинктивных побуждений плюс эмоции и воспоминания, которые настолько угрожают сознанию, что были подавлены или вытеснены в область бессознательного. Согласно Фрейду, такой неосознаваемый материал во многом определяет наше повседневное функционирование.

*Психосексуальное развитие.* Понятие «стадия» в концепции Фрейда. Понятие «фиксация». 5 стадий психосексуального развития и их характеристика: оральная, анальная, генитальная, фаллическая, латентная.

*Природа тревоги и защитные механизмы Эго.* Понятие «психологическая защита», функции психологических защит в теории Фрейда. Понятие «тревога» в теории Фрейда. Три типа тревоги: реалистический, невротический и моральный; их характеристика. Основные

защитные механизмы в теории Фрейда: вытеснение, проекция, замещение, рационализация, реактивные образования, регрессия, сублимация, отрицание, интеллектуализация, идентификация.

*Глубинная психология К.Г. Юнга и юнгианский психоанализ: представления о психологическом здоровье и способах его достижения.* Понятие интроверсии и экстраверсии в теории Юнга. Психические функции в теории Юнга (мышление, чувствование, ощущение и интуиция). Коллективное бессознательное. Архетипы. Символы и сны в теории Юнга. Структура личности (эго, персона, тень, Анима, Анимус, самость). Самость, как центр психики человека. Понятие комплексов в теории Юнга. Понятие и значение переноса.

В соответствии со взглядами К. Юнга, бессознательное человека живет в равновесии и поддерживает себя в этом состоянии. Проблемы клиента – это следствие нарушения равновесия его психики, но в ответ на это психика мобилизует другие свои части (комплексы). Комплексы несут определенный эмоциональный заряд, обычно неприемлемый для сознания и потому вытесненный, но проявляющийся в снах, различных симптомах, воспоминаниях, эмоциях, инстинктивных импульсах и фантазиях, а также в поведении. Психологи юнгианского направления верят, что, распознав (с помощью терапевта) свои комплексы, сделав их осознанными и установив над ними контроль Эго, клиент избавится от своих проблем.

*Индивидуум как творческое и самоопределяющееся целое в концепции А. Адлера.* Определение понятию «индивидуальная психология». Чувство неполноценности и его преодоление в теории Адлера. Причины неполноценности. Способы преодоления неполноценности. Социальное чувство как основа становления личности и его отсутствие как центральная причина неврозов. Выявление искажений в жизненном стиле пациента как главная цель терапии. Целостность личности в теории Адлера, разногласия с Фрейдом. Идея о Творческом Я. Система и положения теории личности Адлера: 1) фиктивный финализм, 2) стремление к превосходству, 3) чувство неполноценности и компенсации, 4) общественный интерес, 5) стиль жизни, 6) творческое «Я». Понятие стиля жизни в теории Адлера. Виды компенсации неполноценности в теории Адлера. Индивидуум как творческое и самоопределяющееся целое.

*Представления о личности в Эго-психологии.* Направление психоанализа, представители которого (в отличие от ортодоксального психоанализа, рассматривающего инстинкты, влечения как доминирующую часть личности) считают, что наиболее важную и независимую роль в функционировании личности играет «Я», которое осуществляет борьбу с влечениями, регулирует взаимоотношения личности со средой и при этом является автономным образованием с определенными структурами и защитными механизмами. Для Эго-психологии характерно стремление к самостоятельности и стабильности личности. С точки зрения Эго-психологии индивид рассматривается с позиций способности к адаптации, испытанию реальностью, к защите и их использованию в клинической ситуации и жизни вообще, для того чтобы обратить внимание на внутренний мир побуждений, чувств и фантазий и внешний мир реальных требований.

Последователи Эго-психологии, их взгляды и теории: А. Фрейд, Э. Эриксон, Х. Хартманн и др.

*Эпигенетический принцип в теории Э. Эриксона.* Основные положения теории Эриксона: эпигенетический принцип созревания, его положения. Понятие кризиса в развитии индивидуума. Понятие модуса эго. Стадии психосоциального развития в теории Эриксона: возраст, характеристика кризиса на данной стадии, сильная сторона – цель кризиса и ценностные качества, приобретаемые на каждом этапе: оральнo-сенсорная стадия, мышечно-анальная, локомоторно-генитальная, латентная, подростковая, ранняя зрелость, средняя зрелость, поздняя зрелость.

*Представления о нормальном и искаженном развитии.* Определение понятию норма личности и личностного развития. Среднестатистическая норма. Функциональная норма. Понятие нормы в гуманистических моделях Роджерса и Маслоу. Проблема понятию «норма и патология».

Определение «степени нормальности» человека - сложная междисциплинарная проблема. Когда речь заходит об отклонениях в развитии человека, необходимо уяснить понятие «норма». В самом общем смысле понятие нормы восходит к латинскому «правило», «образец».

Норма предполагает такое сочетание личности и социума, когда она бесконфликтно и продуктивно выполняет ведущую деятельность, удовлетворяет свои основные потребности, отвечая при этом требованиям социума со- Ответственно ее возрасту, полу, психосоциальному развитию.

Ориентация на норму важна на-этапе выявления недостатков в развитии с целью определения специальной помощи, Актуальны несколько значений этого понятия.

Среднестатистическая норма - уровень психосоциального развития человека, который соответствует средним качественно-количественным показателям, полученным при обследовании группы популяции людей того же Возраста, пола, культуры и т.д.

Функциональная норма - индивидуальная норма развития. В основе концепции функциональной нормы лежит представление о неповторимости пути развития каждого человека, а также о том, что любое отклонение можно считать отклонением только в сопоставлении с индивидуальной тенденцией развития каждого человека.

В психологии идеальные нормы представлены в гуманистических моделях к.Роджерса, А. Маслоу и др. Это направление характеризуют как «психологию эталонов», поскольку психологи-гуманисты создавали идеальные и возвышенные образы здоровой личности, далекой от деструктивных проявлений психопатологии. Именно идеальные нормы заложены в определении Всемирной организации здравоохранения здоровья человека как состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов. П.Б. Ганнушкин, отечественный психиатр с мировым именем, называл гармонические натуры по большей части плодом воображения и утверждал, что у каждого человека можно найти психопатические черты. Человек здоров настолько, насколько он не позволяет патологическим чертам разрастись больше положенного.

*Теория К. Хорни.* Теория личности Хорни внесла не малый вклад в развитие психологии личности, в рамках данной теории было впервые введено понятие образ Я, ставшее одним из краеугольных камней современной науки. Так же как и Адлер и позднее Фромм, Хорни приходит к выводу о доминирующем влиянии общества, социального окружения на развитие личности. Она доказывала, что развитие не предопределено только врожденными инстинктами, но человек может изменяться и продолжать свое формирование в течение жизни. Эта возможность изменения приводит и к тому, что не существует фатальной обреченности к неврозу, о которой говорил Фрейд. Хорни утверждала, что есть четкая грань между нормой и патологией и потому есть надежда на полное выздоровление даже у невротизированных людей.

Теория личности Хорни исходит из того, что доминирующими в структуре личности являются не инстинкты агрессии или либидо, но бессознательное чувство тревоги, беспокойства, которое Хорни называет чувством коренной тревоги. Давая определение этому чувству, Хорни пишет, что оно связано с «имеющимся у ребенка ощущением одиночества и беспомощности в потенциально враждебном ему мире».

Хорни считает, что причинами развития этой тревоги могут быть и отчуждение родителей от ребенка, и чрезмерная их опека, подавляющая личность ребенка, враждебная атмосфера или дискриминация или, наоборот, слишком большое восхищение ребенком.

Хорни считала, что существует несколько образов Я: Я-реальное, Я-идеальное и Я в глазах других людей. В идеале эти три образа Я должны совпадать между собой, только в этом случае можно говорить о нормальном развитии личности и ее устойчивости к неврозам. В том случае, если Я-идеальное отличается от Я-реального, человек не может к себе хорошо относиться и это мешает нормальному развитию личности, вызывает напряженность, тревогу, неуверенность в себе у человека, т.е. является основой его невротизации. К неврозу ведет и несовпадение Я-реального и образа Я в глазах других людей, причем в данном случае не

важно, думают ли окружающие о человеке лучше или хуже, чем он думает о себе сам. Таким образом, становится ясно, что и пренебрежение, негативное отношение к человеку, так же как и чрезмерное восхищение им, ведут к развитию тревоги, так как и в том и в другом случае мнение других не совпадает с реальным образом Я.

С точки зрения Хорни, психологическая защита направлена на преодоление конфликта между обществом и человеком, так как ее задача привести в соответствие мнение человека о себе и мнение о нем окружающих, т.е. привести в соответствие два образа Я. Хорни выделяет три основных вида защиты, в основе которых лежит удовлетворение определенных невротических потребностей.

Защиту человек находит либо в стремлении к людям (уступчивый тип), либо в стремлении против людей (агрессивный тип), либо в стремлении от людей (устраненный тип).

Функция психотерапии, в теории личности Хорни, помочь человеку понять самого себя и сформировать более адекватное представление о себе. Надо отметить, что подход Хорни к понятию психологической защиты существенно повлиял на позиции современной психологии, что и признается большинством исследователей, так же как и ее роль в развитии социологической школы психоанализа.

*Связь межличностных и интрапсихических защит.* В работе «Невроз и развитие человеческой личности» Хорни предостерегала аналитиков от чрезмерного внимания к какому-то одному ряду факторов – интрапсихических или межличностных, она считала, что невроз следует рассматривать в динамике и «как процесс, в котором межличностные конфликты приводят к особой конфигурации психики, влияют на прежние паттерны человеческих отношений и модифицируют их». Хотя сама Хорни иногда переоценивала значение интрапсихических процессов, в целом ее теория сохраняет предписанный ею баланс. Анализируя эволюцию своей теории в «Неврозе и развитии человеческой личности», Хорни отметила, что прежде всего она считала невроз нарушением в человеческих взаимоотношениях. Нарушение вызывает базовую тревогу, с которой мы боремся, используя межличностные стратегии защиты. В ранних работах Хорни также касалась интрапсихических факторов, но тогда не придавала им особого значения. Она пришла к выводу, что формирование идеализированного образа – поворотный пункт в развитии личности, после этого наша энергия смещается с развития наших реальных возможностей к реализации нашей возвышенной концепции самих себя.

*Теория личности Э. Фромма.* Теория личности Фромма произошла из работ по психоанализу, заложенные Хорни. При этом в отличие от Адлера, который также придавал большое значение среде, Фромм под средой понимает не только ближайшее окружение ребенка, его семью и близких, но и тот социальный строй, в котором он живет. Говоря о влияниях, которые он испытывал в своей научной жизни, Фромм подчеркивал, что наибольшее значение для него имели идеи Маркса и Фрейда, которые он и хотел объединить в своей теории, особенно в ранний период своего творчества. Если от Фрейда он взял главным образом идею о доминирующей роли бессознательного в личности человека, то от Маркса – его мысль о значении социальной формации для развития психики, а также идею о развитии отчуждения при капитализме, понимая под этим психологическое отчуждение, отчуждение людей друг от друга.

Теория личности Фромма одной из главных концепций имеет положение о том, что движущими силами развития личности являются две врожденные бессознательные потребности, находящиеся в состоянии антагонизма, – это потребность в укоренении и потребность в индивидуализации. Эти две потребности являются причиной внутренних противоречий, конфликта мотивов у человека, который всегда тщетно стремится каким-то образом соединить эти противоположные тенденции в своей жизни.

Стремление человека примирить эти потребности является, с точки зрения Фромма, двигателем не только индивидуального развития, но и общества в целом, поскольку все социальные формации, которые создаются человеком, являются как раз попытками уравновесить эти стремления. Он считает, что в начале своего развития человек был частью природы,



не выделяя себя из окружающего. Только в этот период он и был счастлив, так как стремление к укорененности в природе сочеталось с возможностью изоляции от соплеменников. Разрушив свою связь с природой, человек оставил для себя только одну возможность укорененности – социальную, тем самым поставив себя в зависимость от окружающих людей.

Говоря о недостатках капитализма, Фромм не меньше недостатков находил и в социализме, который, с его точки зрения, опять лишает людей индивидуальности, давая им в обмен укорененность, стереотипность мышления и мировоззрения. Единственным чувством, которое, по мнению Фромма, помогает человеку примирить эти две противоположные потребности, является любовь в самом широком понимании этого слова. Фромм говорит о том, что в стремлении к индивидуализации люди обычно стремятся к свободе от других, от обязательств и догм, определяющих их жизнь в обществе.

Так как человек постоянно подвергается воздействию противоположных стремлений, ему грозит внутренний конфликт, который может сделать его невротиком. Для избежания этого внутриличностного конфликта человек прибегает к механизму психологической защиты, которая примиряет его с самим собой и с обществом. Здесь Фромм, как и Хорни, подчеркивает, что личностный конфликт выливается в противостояние человека внешнему миру, он проявляется не только во внутренней напряженности, невротизации, но и в том стиле общения с другими, который становится ведущим для человека.

Теория личности Фромма описала четыре механизма психологической защиты – садизм, мазохизм, конформизм и деструктивизм.

*Возможности и ограничения использования психоаналитических теорий личности в клинической психологии.* Основные трудности применения психоаналитических теорий в современном мире. Долгосрочность, как основное препятствие использования психоаналитического направления.

#### **Тема 4. Поведенческий анализ личности. Когнитивно-бихевиоральное и когнитивное направления.**

Личность как производное жизненного опыта в бихевиоризме. «Рефлекторное» направление исследования личности: Дж. Уотсона и Б. Скиннера. Оперантное обусловливание и оперантное поведение личности. Управление подкреплением и развитие личности. Социально-когнитивная теория личности А.Бандуры. Научение через наблюдение и моделирование как основа развития личности. Представления о психологическом здоровье в теории А. Бандуры; развитие самооффективности и преодоление страхов. Теория социального научения Дж. Роттера. Локус контроля и прогноз поведения личности. Теория личностных конструктов Дж. Келли. Личность как исследователь. Искажение когнитивных оценок реальности как причина нарушения психологического здоровья личности. Возможности и ограничения использования бихевиоральных, когнитивных и когнитивно-бихевиоральных теорий личности в клинической психологии.

*Личность как производное жизненного опыта в бихевиоризме.* Бихевиоризм – наука о поведении. Основоположники Бихевиоризма (Джон Уотсон, Иван Павлов). Основные положения классического бихевиоризма. Предмет бихевиоризма. Навыки, опыт и обучение в бихевиоризме.

*«Рефлекторное» направление исследования личности: Дж. Уотсона и Б. Скиннера.* Существуют два направления в бихевиористской теории личности – рефлекторное и социальное. Рефлекторное направление представлено американскими бихевиористами Уотсоном и Скиннером. Социальное направление - американцами А. Бандурой и Дж. Роттером.

Главным источником развития личности, согласно обоим направлениям, является среда. В личности нет ничего от генетического или психологического наследования. Личность - продукт научения, а ее свойства – это обобщенные поведенческие рефлексы и социальные навыки.

Скиннер утверждал, что личность – это совокупность социальных навыков, сформировавшихся в результате оперантного научения. Оперантом, Скиннер называл любое измене-

ние среды в результате какого-либо моторного акта. Человек стремится совершать те операнты, которые подкрепляются, и избегает тех, за которыми следует наказание. Таким образом, в результате определенной системы подкреплений и наказаний человек приобретает новые социальные навыки и, соответственно, новые свойства личности – доброту или честность, агрессивность или альтруизм.

Скиннер исследует поведение организма. Сохраняя двучленную схему анализа поведения, он изучает только его двигательную сторону. Основываясь на экспериментальных исследованиях и теоретическом анализе поведения животных, Скиннер формулирует положение о трех видах поведения: безусловно-рефлекторном, условно-рефлекторном и оперантном. Последнее и составляет специфику учения Б. Скиннера.

Изучение личности по Скиннеру – это нахождение своеобразного характера взаимоотношений между поведением организма и результатами этого поведения, которые и подкрепляют его в последствии.

Разграничение респондентного и оперантного поведения в теории Скиннера.

*Управление подкреплением и развитие личности.*

Формирование черт личности происходит в процессе эмоциональных подкреплений, происходящих в эмоциональных контактах людей между собою. В схеме подкреплений можно выделить несколько характеристик; сила подкрепления, отсрочка и вероятность подкрепления.

Если существующую в семье систему ценностей разделяют все ее члены, то научение определенным чертам поведения происходит быстро. В данном случае это обусловлено детерминированным подкреплением с высокой вероятностью. Однако не все идет так гладко. Установлено, что если подкрепление строго детерминировано, то соответствующие психические структуры образуются быстро, но они оказываются нестойкими к угашению. То есть говоря иначе, эти структуры оказываются непостоянными и легко изменяются под влиянием смены обстоятельств.

Об этом говорят факты полученных в психологии семьи. Установлено, что при наличии сверх заботы (которая характеризуется схемами детерминированных частых подкреплений и уменьшения их отсрочки) у детей формируется нестойкость характера, потребность в зависимости, слабоволие, нетерпимость к малейшей фрустрации.

*Социально-когнитивная теория личности А. Бандуры.* Бандура исходит из того, что психологическое функционирование личности лучше понимать через непрерывное взаимодействие между тремя группами факторов:

1. Поведенческими;
2. Когнитивными;
3. Средовыми.

С точки зрения Бандуры индивиды обладают когнитивными способностями, которые позволяют им предсказывать появление событий и создавать средства контроля над тем, что влияет на их повседневную жизнь.

Он рассматривал поведения с точки зрения принципа взаимного детерминизма, который состоит в том, что факторы предрасположенности и ситуационные факторы являются взаимозависимыми причинами поведения.

Социально когнитивная теория Бандуры описывает модель взаимной причинности поведения, в которой познавательные аффективные и другие личностные факторы и события окружения работают как взаимозависимые детерминанты. Бандура полагает, что люди являются и продуктом, и производителем своего окружения.

В отличие от Скиннера, который считал, что поведение регулируется подкреплением, Бандура полагает, что оно в значительной мере регулируется предвиденными последствиями.

*Научение через наблюдение и моделирование как основа развития личности.*

Теория научения через наблюдение утверждает, что люди могут обучаться просто наблюдая за поведением других людей. Человек, за которым наблюдают, называется моделью.

Факты показывают, что индивид может усвоить некоторые действия, наблюдая за тем, как выполняет соответствующие действия модель; этот процесс называют моделированием. Типы поведения, о которых идет речь, часто называют подражанием - имитацией или идентификацией. Подражание есть воспроизведение конкретной реакции. Идентификация - представляет собой присвоение и воспроизведение целых паттернов поведения.

Действительно, Бандура устанавливает, что фактически все феномены научения, приобретаемые в результате прямого опыта, могут формироваться косвенно, путем наблюдения за поведением других людей и его последствиями. Таким образом, игнорировать роль научения через наблюдение в приобретении новых поведенческих паттернов - значит игнорировать уникальные способности человека. Во многих случаях необходимо учиться моделируемому поведению именно таким образом, как оно выполняется. Езда на велосипеде, катание на роликовой доске, печатание на машинке и лечение зубов, например, позволяют очень мало, если вообще позволяют, отойти от существующей практики.

Социально-когнитивная теория предполагает, что моделирование влияет на научение главным образом через его информативную функцию. То есть во время показа образца наблюдатели (обучаемые) приобретают в основном символические образы моделируемой деятельности, которая служит прототипом для соответствующего и несоответствующего поведения.

Научение через наблюдение регулируется четырьмя взаимосвязанными компонентами: внимание, память (сохранение), моторно-репродуктивные компоненты, мотивационные процессы.

При наличии подкрепления моделирование или научение через наблюдение быстро переводится в действие. Позитивное подкрепление не только увеличивает вероятность открытого выражения или фактического выстраивания требуемого поведения, но также влияет на процессы внимания и сохранения. В повседневной жизни мы редко обращаем внимание на что-то или кого-то, если нет стимула сделать это, а когда обращаешь мало внимания, фактически нечего сохранять.

*Представления о психологическом здоровье в теории А. Бандуры; развитие самооэффективности и преодоление страхов.*

Первым ученым, сформулировавшим термин самооэффективности, был Альберт Бандура. Концепция самооэффективности относится к умению людей осознавать свои способности выстраивать поведение, соответствующее специфической задаче или ситуации. С точки зрения Бандуры, самооэффективность, или осознанная способность справиться со специфическими ситуациями, влияет на несколько аспектов психосоциального функционирования. То, как человек оценивает собственную эффективность, определяет для него расширение или ограничение возможности выбора деятельности, усилия, которые ему придется приложить для преодоления препятствий и фрустраций, настойчивость, с которой он будет решать какую-то задачу. Короче говоря, самооценка эффективности влияет на формы поведения, мотивацию, выстраивание поведения и возникновение эмоций.

По мнению Бандуры, люди, осознающие свою самооэффективность, прилагают больше усилий для выполнения сложных дел, чем люди, испытывающие серьезные сомнения в своих возможностях. В свою очередь, высокая самооэффективность, связанная с ожиданиями успеха, обычно ведет к хорошему результату и таким образом способствует самоуважению. Напротив, низкая самооэффективность, связанная с ожиданием провала, обычно приводит к неудаче и таким образом снижает самоуважение.

Бандура выдвинул гипотезу, что когнитивная по природе самооэффективность (то есть ожидания в отношении собственной эффективности) влияет на моторное поведение, на то, например, будет ли стрессовая ситуация стимулировать попытки овладения ею, насколько это будут интенсивные попытки и как долго они будут продолжаться.

В своем концепте ожиданий Бандура различает ожидание эффективности (efficacy expectation) и ожидание результатов (outcome expectation). Ожидание результатов он определяет как оценку человеком того, что определенное поведение приведет к определенным ре-

зультатам. Ожидание эффективности означает оценку того, в какой степени он в состоянии вести себя так, как это необходимо, чтобы получить некоторый результат. Различие состоит в том, что индивид может полагать, что некоторая реакция может привести или наверняка приведет к желательному результату (ожидание результатов), но не верить в то, что он сам в состоянии совершить это поведение.

Бандура предположил, что приобретение самоэффективности может происходить любым из четырех путей (или любой их комбинации): способности выстроить поведение, косвенного опыта, вербального убеждения и состояния физического (эмоционального) возбуждения.

*Теория социального научения Дж. Роттера.* История создания Теории соц. научения. Определение теории и на чем она построена. 4 главные переменные в теории Роттера и их характеристика: потенциал поведения, ожидание, ценность подкреплений и психологическая ситуация. Основная формула прогноза поведения в теории соц. научения: Потенциал поведения = ожидание + ценность подкрепления. Потребности, 6 категорий потребностей по Роттеру; компоненты потребностей. Общая формула прогноза: ~С~Потенциал потребности = свобода деятельности + ценность потребности. Интернальный и экстернальный локус контроля.

*Теория личностных конструктов Дж. Келли.* Понятие «конструкт», «модель», «понятийная система» в теории Келли. Биполярность и дихотомичность личностных конструктов. Формальные свойства конструктов. Мотивация. Основной постулат в теории Келли. Понятие Роли по Келли.

*Личность как исследователь.* Келли предположил, все люди – ученые в том смысле, что они формулируют гипотезы и следят за тем, подтвердятся они или нет, вовлекая в эту деятельность те же психические процессы, что и ученый в ходе научного поиска. Таким образом, в основе теории личностных конструктов лежит предпосылка о том, что наука является квинтэссенцией тех способов и процедур, с помощью которых каждый из нас выдвигает новые идеи о мире. Цель науки – предсказать, изменить и понять события, то есть основная цель ученого – уменьшить неопределенность.

Келли отвергает узкое представление о том, что только ученый-психолог, носящий белый халат, имеет отношение к прогнозу и контролю хода событий в жизни. Отнюдь не рассматривая человеческое существо как некую безвольную и бездумную каплю протоплазмы, он наделяет человека-испытуемого теми же самыми устремлениями, что и у так называемого ученого-психолога.

То, что все люди рассматриваются как ученые, привело к ряду важных последствий для теории Келли:

Во-первых, это предполагает, что люди главным образом ориентированы на будущее, а не на прошлые или настоящие события их жизни. Фактически Келли утверждал, что все поведение можно понимать как предупреждающее по своей природе.

Второе следствие уподобления всех людей ученым – это то, что люди обладают способностью активно формировать представление о своем окружении, а не просто пассивно реагировать на него. Как психолог рационально формулирует и проверяет теоретические представления о наблюдаемых явлениях, так и человек, не принадлежащий к этой профессии, может толковать и объяснять свое окружение. Для Келли жизнь характеризуется постоянной борьбой за то, чтобы осмыслить реальный мир опыта; именно это качество позволяет людям творить их собственную судьбу. Люди не нуждаются в том, чтобы быть рабами своего прошлого опыта или наличной ситуации – если только они сами не соглашаются с таким истолкованием собственной персоны. Люди не нуждаются в том, чтобы быть рабами своего прошлого опыта или наличной ситуации – если только они сами не соглашаются с таким истолкованием собственной персоны.

*Искажение когнитивных оценок реальности как причина нарушения психологического здоровья личности.* Когнитивные искажения в теории Бека. Характеристики людей, склонных к когнитивным искажениям. Основные типы когнитивных искажений. Трансформация иска-

жений в когнитивной терапии. Наиболее распространенные иррациональные убеждения по Эллису.

*Возможности и ограничения использования бихевиоральных, когнитивных и когнитивно-бихевиоральных теорий личности в клинической психологии.* Основные плюсы и минусы использования когнитивного направления. Возможности использования когнитивно-бихевиорального направления при работе с психосоматическими заболеваниями и при работе с детьми.

### **Тема 5. Гуманистическое направление в исследовании личности.**

Экзистенциальный взгляд на природу человека в гуманистической психологии. Базовые принципы направления: трактовка личности как единого целого, бесполезность исследований на животных, восприятие человека как существа положительного и созидательного в своей основе, акцент на изучение психического здоровья. Теория мотивации личности А. Маслоу; дефицитарная мотивация и мотивация роста. Самоактуализация как основа развития личности. Феноменологическая теория личности К. Роджерса. Приоритет субъективных переживаний личности. Представления о человеке как целеустремленном, заслуживающем доверия и самосовершенствующемся. Я-концепция как основа поведения человека. Признаки полноценно функционирующего человека по К. Роджерсу: открытость переживанию, организмическое доверие, эмпирическая свобода и креативность. Возможности и ограничения использования гуманистических теорий личности в клинической психологии.

*Экзистенциальный взгляд на природу человека в гуманистической психологии.*

Гуманистическая психология усматривала неполноценность других психологических направлений в том, что они избегали конфронтации с действительностью в том виде, как ее переживает человек, игнорировали такие конституирующие признаки личности, как ее целостность, единство, неповторимость. Гуманистическая психология выступила с призывом понять человеческое существование во всей его непосредственности на уровне, лежащем ниже той пропасти между субъектом и объектом, которая была создана философией и наукой нового времени.

Основные положения гуманистического направления по Гордону Олпорту и их описание: личность является открытой и саморазвивающейся; уникальность каждого человека; автономность черт личности.

Основная характеристика теории Маслоу.

Экзистенциально-гуманистический подход не относится к числу простых. Сложности начинаются уже с самого названия. Чтобы разобраться с этим, немного истории. Экзистенциальное направление в психологии возникло в Европе в первой половине XX века на стыке двух тенденций: с одной стороны это неудовлетворенность многих психологов и терапевтов господствовавшими тогда детерминистскими взглядами и установкой на объективный, научный анализ человека; с другой стороны это мощное развитие экзистенциальной философии, которая проявляла большой интерес к психологии и психиатрии. В результате в психологии появилось новое течение - экзистенциальное, представленное такими именами как Карл Ясперс, Людвиг Бинсвангер, Медард Босс, Виктор Франкл и др.

Экзистенциальные положения подхода Дж. Бюджентала: 1. За любыми частными психологическими трудностями в жизни человека лежат более глубокие (и не всегда ясно осознаваемые) экзистенциальные проблемы свободы выбора и ответственности, изолированности и взаимосвязанности с другими людьми, поиска смысла жизни и ответов на вопросы «Что я есть? Что есть этот мир?» и т. д.; 2. Экзистенциально-гуманистический подход основывается на признании человеческого в каждом человеке и изначальном уважении к его уникальности и автономии. Это также означает осознание терапевтом того, что человек в глубинах своей сущности безжалостно непредсказуем и не может быть познан до конца, так как сам может выступать источником изменений в собственном бытии, разрушающих объективные предсказания и ожидаемые результаты. 3. В центре внимания терапевта, работающего в экзистенциально-гуманистическом подходе, находится субъективность человека, та, как

говорит Дж. Бюджентал, внутренняя автономная и интимная реальность, в которой мы живем наиболее искренне. Субъективность - это наши переживания, стремления, мысли, тревоги - все, происходящее внутри нас и определяющее то, что мы делаем вовне, а главное - что мы делаем из того, что там с нами случается. Субъективность клиента и есть главное место приложения усилий терапевта, а его собственная субъективность главное средство помощи клиенту. 4. Не отрицая большого значения прошлого и будущего, экзистенциально-гуманистический подход ведущую роль отводит работе в настоящем с тем, что в данный момент действительно живет в субъективности человека, что актуально здесь и теперь. 5. Экзистенциально-гуманистический подход задает скорее определенную направленность, локус осмысления терапевтом происходящего в терапии, нежели определенный набор техник и предписаний. По отношению к любой ситуации можно занять (или не занять) экзистенциальную позицию. Поэтому этот подход отличается удивительным разнообразием и богатством используемых психотехник, включая даже такие, казалось бы, нетерапевтические действия как совет, требование, инструктаж и т. д.

*Теория мотивации личности А. Маслоу.* Сущность теории – изучение потребностей человека. 5 групп потребностей по Маслоу. Разделение потребностей на первичные и вторичные. Главная задача человека - найти свой собственный смысл в окружающем мире. Саморазвитие и самоактуализация, как высшая потребность человека. Главные принципы теории мотивации (иерархичность мотивов; незначительность высших мотивов без удовлетворения низших; чем выше уровень мотива, тем длительнее можно откладывать их реализацию; чем выше уровень потребности, тем большие усилия человек готов прикладывать для её удовлетворения). Критика теории мотивации Маслоу. Метамотивация и метапотребности. Особенности самоактуализирующейся личности.

*Дефицитарная мотивация и мотивация роста.* В дополнение к своей иерархической концепции мотивации Маслоу выделил две глобальные категории мотивов человека: дефицитарные мотивы и мотивы роста. Первые (также называемые дефицитарными, или Д – мотивами) включают в себя чуть больше, чем низкоуровневые потребности в мотивационной иерархии, особенно что касается наших физиологических требований и требований безопасности. Единственной целью депривационной мотивации является удовлетворение дефицитарных состояний (например, голод, холод, опасность). В этом смысле Д – мотивы являются стойкими детерминантами поведения. По Маслоу, дефицитарные мотивы удовлетворяют пяти критериям:

- их отсутствие вызывает болезнь (возьмем в качестве примера голод: человек, который не ест, в конце концов заболевает);
- их присутствие предотвращает болезнь (человек, который разумно ест, не заболевает);
- их восстановление излечивает болезнь (нет другого способа излечить голод, кроме пищи);
- при определенных сложных, свободно выбираемых условиях, человек предпочтет удовлетворить их (голодающий человек выберет пищу, а не привязанность семьи или друзей);
- они неактивны или функционально отсутствуют у здорового человека (здоровые люди находятся в условиях достаточно благополучных, чтобы их поведение не сдерживалось постоянными поисками пищи).

В отличие от Д – мотивов, мотивы роста имеют отдаленные цели, связанные со стремлением актуализировать наш потенциал. Объективные мотивы роста, или метапотребности (мета означает «сверх» или «после») должны обогатить и расширить жизненный опыт, увеличить напряжение посредством нового, волнующего и разнообразного опыта. Мотивация роста предполагает не столько возмещение дефицитарных состояний (то есть уменьшение напряжения), сколько расширение кругозора (то есть увеличение напряжения).

Маслоу сделал предположение, что метапотребности, в отличие от дефицитарных потребностей, важны в равной степени и не располагаются в порядке приоритетности. Следо-

вательно, одна метапотребность легко может быть заменена другой, если так диктуют обстоятельства жизни человека. Метамотивированный художник, например, может стремиться к красоте через свою творческую деятельность. Позже, как метамотивированный родитель, он может получать радость и удовольствие от того, что принимает участие в воспитании и развитии ребенка. И то, и другое в равной степени представляет собой «метажизнь», демонстрируя различные ее выражения.

Маслоу выдвинул наводящую на размышление гипотезу, что метапотребности, так же, как и дефицитарные потребности, являются инстинктивными, или имеющими биологические корни. Как указывалось ранее, метамотивация невозможна до тех пор, пока человек адекватно не удовлетворил дефицитарные потребности низкого уровня. Редко, если это вообще возможно, метапотребности действительно становятся доминирующими силами в жизни человека, без того, чтобы его низкоуровневые потребности были удовлетворены, хотя бы частично. Тем не менее, депривация и фрустрация метапотребностей может вызвать у человека психическое заболевание.

*Самоактуализация как основа развития личности.*

Самоактуализация является одним из важнейших понятий в гуманистической психологии и понимается как процесс, сущность которого состоит в наиболее полном развитии, раскрытии и реализации способностей и возможностей человека, актуализации его личностного потенциала. Самоактуализация помогает человеку стать тем, кем он может стать на самом деле, и, следовательно, жить осмысленно, полно и совершенно. Потребность в самоактуализации выступает высшей человеческой потребностью, главным мотивационным фактором.

Согласно концепции Маслоу, продвижение к высшей цели – самоактуализации, психологическому росту – неосуществимо, пока индивид не удовлетворит нижележащие потребности, не избавится от их доминирования, которое может быть обусловлено ранней фрустрацией той или иной потребности и фиксацией человека на определенном, соответствующем этой неудовлетворенной потребности уровне функционирования. Позже, Маслоу отказался от этой идеи и принял, что человек может стремиться к самоактуализации без удовлетворения низших потребностей. Маслоу также подчеркивал, что потребность в безопасности способна оказывать достаточно существенное негативное влияние на самоактуализацию.

К. Роджерс также рассматривал в качестве главного мотивационного фактора стремление к самоактуализации, которую он понимал как процесс реализации человеком своего потенциала с целью стать полноценно функционирующей личностью. Полное раскрытие личности, «полное функционирование» (и психическое здоровье), с точки зрения Роджерса, характеризуется следующим: открытостью по отношению к опыту, стремлением в любой отдельный момент жить полной жизнью, способностью прислушиваться в большей степени к собственным интуиции и потребностям, чем к рассудку и мнению окружающих, чувством свободы, высоким уровнем творчества. На базе потребности в самоактуализации рождаются мотивы в поисках смысла собственной жизни в целом. Эти мотивы и определяют специфическую форму саморазвития, названную самоактуализацией.

Каковы же способы самоактуализации? А. Маслоу выделяет восемь таких путей (или способов) поведения, ведущих к самоактуализации:

-живое и бескорыстное переживание с полным сосредоточением и погруженностью; в момент самоактуализации индивид является целиком и полностью человеком; это момент, когда Я реализует самого себя;

-жизнь – процесс постоянного выбора: продвижения или отступления; самоактуализация – это непрерывный процесс, когда предоставлены многократные отдельные выборы: лгать или говорить правду, воровать или не воровать и др.; самоактуализация означает выбор возможности роста;

-способность человека прислушиваться к самому себе, т. е. ориентироваться не на мнение других, а на свой опыт, «прислушиваться к голосу импульса»;

-способность быть честным, умение брать на себя ответственность. Как отмечает А. Маслоу, «всякий раз, когда человек берет на себя ответственность, он самоактуализируется»;

-способность быть независимым, быть готовым отстаивать позиции, независимые от других;

-не только конечное состояние, но и сам процесс актуализации своих возможностей;  
-моменты: высшие переживания, мгновения экстаза, которые нельзя купить, не могут быть гарантированы и невозможно даже искать;

-способность человека к разоблачению собственной психопатологии – умение выявить свои защиты и после этого найти в себе силы преодолеть их.

*Феноменологическая теория личности К. Роджерса.* Определение и основная идея теории. 3 основных тезиса теории (материальное и объективное есть лишь в виде субъективно интерпретируемого, люди способны определять свою судьбу, люди в своей основе добры и обладают стремлением к совершенству). Точка зрения Роджерса на природу человека. Руководящий мотив жизни: тенденция актуализации. Феноменологическая позиция Роджерса. Господство субъективного опыта. Понятие Я-концепции. Потребность в позитивном внимании. Условия ценности. Переживание угрозы и процесс защиты. Психические расстройства и психопатология в теории Роджерса (рассогласование с Я-структурой). Характеристики полноценно функционирующего человека. Психотерапия центрированная на человеке.

*Я-концепция как основа поведения человека.* Роджерс сосредоточивался на том, как оценка индивидуума другими людьми, особенно в период младенчества и раннего детства, способствует развитию позитивного или негативного образа себя. Изначально новорожденный воспринимает все переживания нерасчлененно, будь то ощущения тела или внешние стимулы, такие как движение игрушек, подвешенных над кроваткой. Младенец не осознает себя как отдельное существо, поэтому он не делает различий между тем, что есть «мое» и что – «не мое». вследствие общей тенденции к дифференциации, которая является частью процесса актуализации, ребенок постепенно начинает отличать себя от остального мира. Этот процесс дифференциации феноменального поля в такое, которое признается и ощущается как отдельный объект, объясняет возникновение Я-концепции человека в теории Роджерса. Роджерс выдвинул теорию, что когда «Я» только формируется, оно регулируется исключительно организмическим оценочным процессом. Иначе говоря, младенец или ребенок оценивает каждое новое переживание с позиции того, способствует оно или препятствует его врожденной тенденции актуализации. Например, голод, жажда, холод, боль и неожиданный громкий шум оцениваются негативно, так как мешают поддержанию биологической целостности. Пища, вода, безопасность и любовь оцениваются позитивно, так как они способствуют росту и развитию организма. В некотором смысле организмический оценочный процесс является контролирующей системой, которая способствует правильному удовлетворению потребностей младенца. Младенец оценивает свои переживания в соответствии с тем, нравятся они ему или не нравятся, доставляют ему удовольствие или нет и так далее. Такое оценивание происходит из его спонтанной реакции на непосредственные переживания, будь то сенсорные, висцеральные или эмоциональные стимулы.

Структура «Я» впоследствии формируется через взаимодействие с окружением, в частности, со значимыми другими (например, родители, братья и сестры, другие родственники). Иначе говоря, по мере того, как ребенок становится социально восприимчивым и развиваются его когнитивные и перцептивные способности, его Я-концепция все больше дифференцируется и усложняется. Следовательно, в значительной степени содержание Я-концепции является продуктом процесса социализации. И отсюда вытекают условия, важные для развития Я-концепции.

*Признаки полноценно функционирующего человека по К. Роджерсу: открытость переживанию, организмическое доверие, эмпирическая свобода и креативность.*

Как и большинство персонологов, ориентированных на терапию, Роджерс (Rogers, 1980) высказывал определенные идеи о конкретных личностных характеристиках, которые определяют «хорошую жизнь». Такие представления были большей частью основаны на опыте его работы с людьми, решающими жизненные проблемы в соответствии с организмическим оценочным процессом, а не с условиями ценности.



Роджерс начинает рассматривать хорошую жизнь с оценки того, чем она не является. А именно, хорошая жизнь – это не фиксированное состояние бытия (то есть не состояние добродетели, удовлетворенности, счастья) и не состояние, в котором человек чувствует себя адаптированным, совершенным или актуализированным. Используя психологическую терминологию, это и не состояние уменьшения напряжения или гомеостаза. Хорошая жизнь – это не конечный пункт, а направление, в котором человек движется, следуя своей истинной природе.

«Полноценно функционирующий» – это термин, используемый Роджерсом, для обозначения людей, которые используют свои способности и таланты, реализуют свой потенциал и движутся к полному познанию себя и сферы своих переживаний. Роджерс установил пять основных личностных характеристик, общих для полноценно функционирующих людей. Ниже мы перечислим и кратко обсудим их.

1. Первая и главная характеристика полноценно функционирующего человека – это открытость переживанию. Открытость переживанию полярно противоположна беззащитности. Люди, полностью открытые переживанию, способны слушать себя, чувствовать всю сферу висцеральных, сенсорных, эмоциональных и когнитивных переживаний в себе, не испытывая угрозы. Они тонко осознают свои самые глубокие мысли и чувства; они не пытаются подавить их; часто действуют в соответствии с ними; и даже действуя не в соответствии с ними, они способны осознать их. Фактически все переживания, будь то внутренние или внешние, точно символизированы в их сознании, не искажаясь и не отрицаясь.

Например, полноценно функционирующий человек может, слушая скучную лекцию, вдруг почувствовать желание публично упрекнуть профессора в том, что он такой скучный. Если у него есть хоть капля здравого смысла, он подавит в себе это желание – подобная выходка сорвет занятия и в конечном итоге не будет способствовать его тенденции актуализации. Но дело в том, что это чувство не будет представлять для него угрозу, поскольку у него нет внутренних барьеров или тормоза, мешающих сознательному восприятию своих чувств. Полноценно функционирующий человек достаточно благоразумен, чтобы осознавать свои чувства и действовать рассудительно в любой данный момент времени. Если он что – то чувствует, это еще не значит, что он будет поступать сообразно этому чувству. В приведенном примере человек, вероятно, осознает, что не следует поддаваться своему желанию, поскольку это причинит вред ему и другим (в частности, профессору, который, сам того не зная, стал «мишенью»), и поэтому откажется от этой мысли и переключит свое внимание на другое. Следовательно, для полноценно функционирующего человека нет внутреннего переживания или эмоции, которые угрожали бы ощущению собственной правоты – он действительно открыт для всех возможностей.

2. Вторая характеристика оптимально функционирующего человека, отмеченная Роджерсом, – экзистенциальный образ жизни. Это тенденция жить полно и насыщенно в каждый момент существования, так чтобы каждое переживание воспринималось как свежее и уникальное, отличное от того, что было ранее. Таким образом, согласно Роджерсу (Rogers, 1961), то, чем человек является или каким он будет в следующий момент, проистекает из данного момента, независимо от прежних ожиданий. Экзистенциальный образ жизни предполагает, что скорее «Я» человека и его личность проистекают из переживания, а не переживание преобразовывается, чтобы соответствовать какой – то заранее заданной жесткой Я – структуре. Следовательно, люди, живущие хорошей жизнью, гибки, адаптивны, терпимы и непосредственны. Они открывают структуру своего опыта в процессе его переживания.

3. Третьей отличительной чертой полноценно функционирующего человека является то, что Роджерс назвал организмическим доверием. Это качество хорошей жизни лучше всего можно проиллюстрировать в контексте принятия решения. А именно, в выборе действий, предпринимаемых в какой – то ситуации, многие люди полагаются на социальные нормы, заложенные какой – то группой или институтом (например, церковью), на суждения других (от супруга и друга до ведущего телешоу) или на то, как они вели себя в подобных ситуациях раньше. Короче, на их способность принимать решение оказывают сильное, если не абсо-

лютное, влияние внешние силы. И наоборот, полноценно функционирующие люди зависят от организмических переживаний, которые они рассматривают как достоверный источник информации, позволяющий решить, что следует или не следует делать. Как писал Роджерс: «Доказано, что внутренне ощущение типа «я поступаю правильно» является значимым и заслуживающим доверия руководством для истинно хорошего поведения». Организмическое доверие, следовательно, означает способность человека принимать во внимание свои внутренние ощущения и рассматривать их как основу для выбора поведения.

4. Четвертой характеристикой полноценно функционирующего человека, отмеченной Роджерсом, является эмпирическая свобода. Этот аспект хорошей жизни заключается в том, что человек может свободно жить так, как хочет, без ограничений или запретов. Субъективная свобода – это чувство личной власти, способность делать выбор и руководить собой. В то же время Роджерс не отрицал, что на поведение человека влияют наследственно обусловленные факторы, социальные силы и прошлый опыт, которые фактически определяют сделанный выбор. Действительно, Роджерс строго придерживался положения о том, что понятие абсолютной свободы не применимо к объяснению возможностей выбора человека. В то же время, он считал, что полноценно функционирующие люди в состоянии делать свободный выбор, и что бы ни случилось с ними, это зависит исключительно от них самих. Эмпирическая свобода, следовательно, относится к внутреннему чувству: «Единственный, кто отвечает за мои собственные действия и их последствия – это я сам». Основываясь на этом чувстве свободы и силы, полноценно функционирующий человек имеет множество возможностей выбора в жизни и ощущает себя способным сделать практически все, что он хочет делать!

5. Последняя, пятая, характеристика, связанная с оптимальной психологической зрелостью, – креативность. Для Роджерса продукты творчества (идеи, проекты, действия) и творческий образ жизни появляются у человека, который живет хорошей жизнью. Творческие люди стремятся жить конструктивно и адаптивно в своей культуре, в то же время удовлетворяя собственные самые глубокие потребности. Они способны творчески, гибко приспосабливаться к изменяющимся условиям окружения. Однако, добавляет Роджерс, такие люди не обязательно полностью приспособлены к культуре и, почти несомненно, не являются конформистами. Их связь с обществом можно выразить так: они являются членами общества и его продуктами, но не его пленниками.

Роджерс пытался объединить эти качества полноценно функционирующего человека в целостную картину, когда писал:

«Хорошая жизнь включает в себя более широкую сферу, большую ценность, чем ограниченный образ жизни, который ведет большинство из нас. Быть частью этого процесса значит погрузиться в часто пугающее и часто удовлетворяющее переживание более осознанного образа жизни с большим диапазоном, большим разнообразием, большим богатством.

Я полагаю, стало достаточно очевидным, почему для меня такие прилагательные, как счастливый, довольный, блаженный, приятный, оказываются не совсем подходящими к какому – то общему описанию процесса, который я назвал хорошей жизнью, хотя иногда человек испытывает эти чувства. Мне кажется, что больше подходят такие прилагательные, как обогащенный, волнующий, поощряемый, интересный, значимый. Хорошая жизнь, я уверен, не подходит для человека малодушного, она требует расширения и роста в направлении раскрытия собственного потенциала. Для этого необходимо мужество. Это означает, что нужно быть в потоке жизни».

Очевидно, что Роджерс, как до него Маслоу и, в некоторой степени, Олпорт, хотел, чтобы человек обращал взор к тому, чем он может быть. По Роджерсу, это означает жить насыщенно, полностью осознанно, полностью ощущать человеческое бытие – короче, «полноценно функционировать». Роджерс был уверен, что полноценно функционирующие люди будущего сделают очевидной и умножат присущую природе человека доброту, которая столь существенна для нашего выживания.

Теперь обратим наше внимание к основным положениям о природе человека, которые подчеркивают позитивный и оптимистичный взгляд Роджерса на человечество.

*Возможности и ограничения использования гуманистических теорий личности в клинической психологии.* Взгляд на человека, как на личность, обладающую целостностью и единством в клинической психологии. Блокирование самоактуализации, как основа психологического нездоровья человека.

### **Тема 6. Диспозициональное направление в исследовании личности**

Общая характеристика диспозиционального направления в исследовании личности. Представления о предрасположенности реагировать определенным образом как об основе личности. Диспозициональная теория личности Г. Олпорта. Понятие и виды черт личности. Представления Г. Олпорта о психологическом здоровье. Проприум и функциональная автономия. Понятие зрелой личности. Структурная теория черт личности Р. Кеттела. Теория типов личности Г. Айзенка. Врожденное и приобретенное в личности. Возможности и ограничения использования диспозициональных теорий личности в клинической психологии.

*Общая характеристика диспозиционального направления в исследовании личности.* Основная идея диспозиционального направления. Гордон Олпорт и его теория черт. Концепция функциональной автономии. Теория типов личности Айзенка.

*Диспозициональная теория личности Г. Олпорта.* Определение личности по Олпорту. Две основные идеи теории Олпорта (идея предрасположенности; идея различий всех людей).

Два основных положения теории: 1. Любой человек ведет себя с определенным постоянством; 2. Любой человек ведет себя не так, как другие.

Личность, как организованное и саморегулирующееся целое. Влияние среды и наследственности на формирование личности в теории Олпорта.

*Понятие и виды черт личности.* Черта личности – это нейропсихологическая структура, обладающая способностью делать многие стимулы функционально эквивалентными и инициировать и направлять эквивалентные формы адаптивного и экспрессивного поведения.

Во-первых, черта – это нейропсихологическая структура: этой фразой Олпорт стремится подчеркнуть, что черту нельзя рассматривать, как описательную характеристику особенностей поведения человека.  $S \rightarrow R$  – нельзя рассматривать черту только как  $R$  (реакцию) возникающую на стимул. А что она представляет?: Схема Толмена  $S \rightarrow O \rightarrow R$  – черта это реально существующая промежуточная переменная ( $O$ ), которая обуславливает характерное для каждого человека поведение. При этом Олпорт полагает, что это еще неизвестная ученым нейропсихологическая структура, но она есть.

Во-вторых, черта, понимаемая как нейропсихологическая структура обладает способностью делать многие стимулы функционально эквивалентными – это означает, что благодаря наличию у человека определенной черты он начинает воспринимать множество самых разных стимулов, как схожие по смыслу. Все стимулы, входящие в это множество – становятся в равной степени способными активировать эту черту и вызывать характерное для людей обладающих этой чертой поведение.

Темперамент – рассматривается Олпортом в традиционном понимании. (как у Небылицина, Крейчмера, Шелдона) – формально динамические характеристики психических процессов и состояний, которые обусловлены врожденными анатомо-физиологическими особенностями человека.

Черты личности не сводятся к этим формально динамические характеристики психических процессов и состояний, а представляют собой более сложные образования. Темперамент – разновидность сырья, из которого формируются черты личности.

Это две совершенно разные реальности.

Чем понятие черты личности отличается от понятия характера. Разграничить черты характера и черты личности сложно, но можно. При описании черт характера многие авторы используют оценочные суждения и специфика их в том, что в них содержится не объективное описание поведения человека, а их субъективная оценка.

Пример: преподаватель, ставящий всем студентам 5-ки, характеризуется как «добрый» - что не является объективным описанием, а субъективной оценкой.

Оллпорт отказывается использовать термин характер, т.к. черта личности – это объективная характеристика, которая полностью освобождена от оценочных суждений. «Личность – это лишенный оценки характер».

Основные виды черт личности (Оллпорт): 1) Общие черты - то те стороны личности, в отношении которых может быть проведено осмысленное сравнение большинства людей принадлежащих данной культуре. 2) Индивидуальные черты – черты, свойственны отдельному человеку, отличают его от всех других людей, придают его личности неповторимость и уникальность.

Оллпорт разделяет черты на 3 вида по их степени влияния на поведение человека:

1. кардинальные диспозиции (этот статус может иметь только одна индивидуальная черта, кот накладывает свой отпечаток на все поведение человека)

2. центральная диспозиция – множество черт, которые являются основными формами поведения для каждого человека. Именно по им мы и определяем индивидуальность человека. Его характеристика.

3. вторичные диспозиции – оказывают меньшее влияние чем первичные и центральные.

*Представления Г. Оллпорта о психологическом здоровье.*

В понимании Оллпорта, психологически зрелый человек характеризуется шестью чертами:

1. Зрелый человек имеет широкие границы Я. Способность смотреть на себя «со стороны»; активное участие в трудовых, семейных и социальных отношениях; интерес ко всему, что человек считает для себя значимым.

2. Зрелый человек способен к теплым, сердечным социальным отношениям. Они распространяются на членов семьи, близких людей, друзей. Терпимость к различиям между собой и другими, подлинное уважение к другим и признание их позиции.

3. Зрелый человек демонстрирует эмоциональную стабильность и самопринятие. Умение справляться с собственными эмоциональными состояниями (например, с такими, как чувство подавленности, гнева, вины) не в ущерб благополучию окружающих. Положительное представление о самом себе, способность терпимо относиться к тому, что раздражает, разочаровывает (в том числе к собственным недостаткам) не озлобляясь внутренне и не ожесточаясь.

4. Зрелый человек демонстрирует реалистическое восприятие, опыт и притязания. Способность видеть вещи такими, какие они есть, а не такими, какими бы хотелось их видеть. Адекватное восприятие реальности, отказ от искажения фактов в угоду своей фантазии или потребности. Необходимая квалификация в своей сфере деятельности. Стремление к достижению лично значимых, но реалистичных целей.

5. Зрелый человек демонстрирует способность к самопознанию и чувство юмора. Четкое представление о своих сильных сторонах и слабостях. Способность посмеяться над самим собой, собственными просчетами, необоснованными претензиями, излишней самоуверенностью и недалекостью.

6. Зрелый человек обладает цельной философией. Определение и следование основной жизненной ориентации. Способность видеть целостную картину благодаря ясному, систематическому и последовательному выделению значимого из собственной жизни. Сформированность системы ценностей, содержащей главную цель, что делает жизнь человека целенаправленной и значимой. Наличие объединяющей философии жизни, придающей смысл практически всему, что делает человек.

В свете теории Оллпорта, здоровье тождественно личностной зрелости, которая обретается в процессе личностного роста и предполагает:

- Сформированность проприотических функций (или интегративных аспектов самости).
- Свободу, выражающуюся в ответственном самоопределении.

- Проактивность и целеустремленность.
- Целную философию жизни или мировоззрение, основанное на определенной системе ценностей.

*Проприум и функциональная автономия.*

Функциональная автономия - Это – наиболее известное и противоречивое из понятий, предложенных Олпортом. Во многих отношениях оно – центральное для системы, поскольку ряд отличительных черт его теории естественно связаны с ним. Принцип утверждает просто, что данная активность или форма поведения может сама стать итогом или целью, несмотря на то, что изначально «обслуживала» нечто иное. Любое поведение, простое или сложное, несмотря на то, что изначально возникло в связи с органическим или сегментальным напряжением, может быть способно к независимому существованию в отсутствие какого бы то ни было биологического подкрепления. Формулировка выглядит следующим образом:

«Принцип функциональной автономии рассматривает зрелые мотивы как разнообразные самоподдерживающиеся одновременно существующие системы, вырастающие из предшествующих систем, но функционально от них независимые».

При обсуждении этого понятия Олпорт указывает на разнообразные наблюдения, указывающие на тенденцию организма сохранять определенную реакцию даже несмотря на то, что более не существует оригинальная причина, ее вызвавшая. Он указывает на циркулярность детского поведения и невротического поведения взрослых, эффект Зейгарник (установившей, что незаконченные задачи запоминаются лучше, чем завершённые), часто наблюдаемую темпоральную регуляцию или ритмы в поведении как животных, так и людей, мотивирующую силу приобретенных интересов и ценностей, не коренящихся в фундаментальных мотивах.

Олпорт признал наличие двух уровней функциональной автономии: один он назвал персеверативным, другой – проприативным. Персеверативная функциональная автономия включает привычки, циркулярные механизмы, повторяющиеся акты, стереотипы. Их персеверация описывается в таких терминах, как отсроченное угасание, самоустанавливающиеся циклы в нервной системе, частичное подкрепление и сосуществование множественных детерминант. Проприативная функциональная автономия относится к приобретенным интересам, ценностям, чувствам, намерениям, главным мотивам, личным предрасположенностям, образу себя и жизненному стилю. Олпорт признает, что непросто объяснить, как возникает этот тип функциональной автономии.

Тот факт, что проприум – феномен, развивающийся на основе примитивных состояний и прошлого опыта, кажется, указывает на прямую связь с прошлым – несмотря на функциональную автономия. Поскольку формы поведения, которые станут автономными, определяются организацией, во многом связанной с прошлым организма, это выглядит так, как если бы прошлое сохраняло центральную роль. Наиболее важным, однако, представляется вопрос о том, сохраняет ли зрелая, взрослая мотивация функциональную связь со своими истоками – биологическими или коренящимися в детстве. Хотя двойственность относительно точного статуса понятия функциональной автономии может сохраняться, ясно, что Олпорт настаивает на том, что для большей части взрослых мотивов никакая функциональная связь с историческими корнями не существует.

*Структурная теория черт личности Р. Кеттелла.* Определение понятию «личность» в теории Кеттелла. Категории черт личности: поверхностные – исходные; конституциональные черты – черты, сформированные окружающей средой; способность, темперамент и динамические черты; общие черты – уникальные черты. 3 группы динамических черт: аттитюды, эрги и чувства.

*Теория типов личности Г. Айзенка.* Понятие экстраверсии и интроверсии в теории Айзенка. Эмоциональная стабильность – нейротизм. Психотизм. 4 основных типа личности (холерик, меланхолик, флегматик, сангвиник). Торможение и спонтанность. Схема типов личности и взаимосвязи черт Айзенка.

*Врожденное и приобретенное в личности.* Можно выделить две группы свойств, образующих структуру психики человека:

1. Врожденные свойства:

Врожденными свойствами человека являются биологически обусловленные свойства, то есть качества, данные человеку природой.

2. Приобретенные свойства:

Приобретенными качествами определяются те качества, которые человек накапливает в продолжение всей своей жизни.

Если говорить о том, какие качества преобладают в том или ином человеке - врожденные или приобретенные, то однозначного ответа на этот вопрос дать невозможно. Человек постоянно приобретает какие-либо новые качества, меняется, меняет своё мировоззрение, жизненную позицию. Зачастую и характер человека тоже меняется. Это значит, что соотношение приобретенных человеком свойств и свойств биологически обусловленных - величина крайне непостоянная.

К группе врожденных качеств личности относятся:

- Темперамент, врожденный психический склад личности. Гиппократ описал четыре типа темперамента: сангвинический (человек с этим типом темперамента подвижный и веселый), холерический (истеричный и хамовитый), флегматический (спокойный и медлительный), меланхолический (грустный и боязливый). Карл Юнг выделяет два психотипа человека - экстраверт (реакции и деятельность человека зависят от внешних впечатлений, возникающих в данный момент) и интроверт (реакции и деятельность преимущественно зависят от внутренних образов человека, связанных с прошлым и будущим). Также, дополнительно выделяют сильного экстраверта (сангвиник) и слабого экстраверта (холерик), а в интровертном психотипе выделяют сильного (флегматика), слабого (меланхолика).

- Половые, гендерные особенности человека. Особенности психологии обоих полов.

- Возрастные особенности личности. Они исследуются особенными областями психологии развития, такими как детская психология или юношеская.

К группе приобретенных качеств личности относятся (являются наиболее важными):

- Выработанные в течение жизни привычки, как хорошие, так и плохие.

- Объем накопленных знаний, умений и навыков человека, уровень образования. В современном обществе это особенно важно

- Направленность личности по праву является важнейшим из приобретенных качеств человека. Под направленностью мы понимаем свойство, в котором выражаются динамика развития человека как социального и духовного (или бездуховного) существа, а также главные тенденции его поведения. Именно в направленности выражаются цели, во имя которых действует личность, её мотивы и субъективные отношения к различным сторонам действительности. Направленность оказывает организующее влияние на психические состояния личности и на компоненты её структуры. Воплощается же направленность в самых различных формах. Например, в симпатиях или антипатиях, в склонностях, привязанностях и проявляется в разных сферах жизнедеятельности человека: политической, профессиональной, семейной и т.д. Направленность определяет психический склад личности.

### **Тема 7. Личность в гештальтпсихологии и гештальт-терапии.**

Общая характеристика гештальтподхода к изучению личности. Исследование структуры и динамики развития личности. Приоритет «здесь и сейчас» и отрицание роли прошлого опыта в жизни личности. Понятие временной перспективы личности и ориентации на будущее в концепции К. Левина. Взаимосвязь личностных побуждений и влияний среды в организации поведения человека. Динамическая концепция личности в гештальт-терапии. Представления Ф. Перлза о границе личности и среды. Роль чувствительности и осознанности жизни для психологического здоровья личности. Возможности и ограничения использования гештальтистских теорий личности в клинической психологии.

*Общая характеристика гештальтподхода к изучению личности.* Краткая история создания подхода. Понятие «гештальт», «целостная структура». Предмет гештальтпсихологии. Психическое поле. Принцип «здесь и сейчас». Влияние восприятия в гештальт теории.

*Приоритет «здесь и сейчас» и отрицание роли прошлого опыта в жизни личности.* Принцип «здесь и сейчас» используется в психодраме, гештальттерапии, клиентцентрированной психотерапии, недирективном гипнозе и НЛП. В психотерапию его ввел основатель психодрамы Я. Л. Морено, именно таким образом формулирую принцип организации психодраматической сцены. За Якобом Морено принцип «здесь и сейчас» поднял на флаг Фриц Перлз, сделав его одним из главных принципом гештальттерапии. Гештальт-терапия требует от пациента, чтобы он в каждый данный момент переживал опыт самого себя настолько полно, насколько он может. Мы просим пациента сознавать свои жесты, свое дыхание, свои эмоции, свой голос, выражение лица, так же как и давление своих мыслей. Чем больше он сознает себя, тем в большей степени он узнает, чем же он является. Принцип «сейчас», или концентрация на настоящем моменте, является, пожалуй, самым важным принципом гештальт-терапии. . Суть данного принципа состоит в том, что в процессе сеанса терапевт часто обращается с просьбой определить, что пациент в настоящее время делает, чувствует, что с ним и вокруг него происходит в данную минуту. В случае появления в процессе работы материала, связанного с какими-либо важными аспектами личности, терапевтом предпринимаются усилия перенести этот материал в настоящее время. К примеру, если пациент рассказывает о каких-то событиях прошлого, то его можно попросить перенести с помощью фантазии действие в настоящее и излагать события так, как если бы они происходили в данный момент. В таких случаях часто выявляется, как много людей избегают контакта со своим настоящим и склонны углубляться в воспоминания о прошлом и в фантазии о будущем.

*Понятие временной перспективы личности и ориентации на будущее в концепции К. Левина.* Понятие временной перспективы было предложено К. Левиным. Введение этой категории дополняло понятие «жизненного пространства», которое представляло единицу человеческой личности. Введением этого понятия К. Левин подчеркивал тот факт, что «психологическое поле», существующее в данный момент, включает в себя представление о своем прошлом и будущем. Когда человек воспринимает, переживает свое теперешнее положение, то это переживание связано с его ожиданиями, желаниями, представлениями о своем будущем и прошлом Левин К. Определение понятия «поле в данный момент».

К. Левин первым среди психологов построил пространственновременную модель, в которой сознание и поведение индивида рассматривались сквозь призму долговременной перспективы и разносторонних характеристик индивидуального жизненного пространства. Причем во времени он выделял зоны настоящего, ближайшего и отдаленного прошлого и будущего, а в пространстве - уровни реального и ирреального (основанного на фантазии). Рассматривая развитие различных измерений психологического поля индивида в процессе онтогенеза, Левин указывал на то, что жизненное пространство новорожденного не имеет временных измерений; в раннем детстве происходит дифференциация психологического прошлого и будущего, однако почти не дифференцированы уровни реальности и фантазия. В дальнейшем происходит расчленение ближайших и отдаленных зон прошлого и будущего, реальных и желаемых, но возможных лишь в фантазии событий прошлого и будущего.

Ближайшая временная перспектива рассматривается как конитивномотивационное понятие. Временная перспектива, в отличие от пространственной, может быть репрезентирована только «ментально», «когнитивно». Создание дифференцированного будущего субъекта возможно только при участии когнитивных психических структур, что формирование временной перспективы осуществляется через когнитивное преобразование потребностей в планы, намерения и задачи субъекта, через формирование у субъекта ряда структур «средство - цель».

Намерение чаще всего определяется, как сознательное стремление завершить определенное действие в соответствии с намеченной программой, направленной на достижение

предполагаемого результата, т.е. как особое функциональное образование психики, возникающее в итоге акта целеполагания и подразумевающее выбор соответствующих средств, с помощью которых субъект собирается достичь поставленной цели. Намерение обладает своей собственной внутренней динамикой, важнейшим параметром которой является устойчивость к различным девирующим (отклоняющим) факторам.

*Взаимосвязь личностных побуждений и влияний среды в организации поведения человека.*

Мотивация – это обусловленное актуализированной потребностью возбуждение определенных нервных структур (функциональных систем), вызывающих направленную активность организма.

Мотивация поведения всегда эмоционально насыщена. То, к чему мы стремимся, нас эмоционально волнует. При этом одни эмоции выполняют стратегическую функцию – являются индикатором потребностей, значимости определенного класса объектов, другие связаны с определением значимости отдельных условий, обеспечивающих достижение объекта потребности.

К мотивационным состояниям человека относятся интересы, желания, стремления, намерения, влечения, страсти, установки.

Состояние навязчивого тяготения к определенной группе объектов называется влечением. Влечения могут быть естественными и сформированными в социальных условиях.

Интерес – эмоционально насыщенная направленность на объекты, связанные со стабильными потребностями человека. Интерес проявляется в повышенном внимании к объекту, имеющему устойчивую значимость.

Однако связь интересов с потребностями не прямолинейна, иногда она не осознается. Интересы бывают прямые и опосредованные, возникающие в связи со средствами достижения целей.

Удовлетворение интереса не только не погашает его, но формирует еще более разветвленную систему интересов.

Желание – мотивационное состояние, при котором потребности соотнесены с конкретным предметом их удовлетворения. Желание представляет собой определенный этап вызревания потребности, соотнесение ее с целью и планом действий.

Страсть – очень стойкое аффективное стремление к определенному объекту, потребность в котором доминирует над всеми остальными потребностями и придает соответствующую направленность всей жизнедеятельности человека.

Естественные влечения не всегда осознаются. Они связаны с органическими процессами и лишь в незначительной мере могут регулироваться сознанием. Сами же влечения могут существенно влиять на организацию, направленность сознания.

Одна из основных особенностей развитого человеческого сознания – способность осуществлять разумный выбор среди собственных влечений. Для этого индивид должен подняться над своими влечениями и, отвлекаясь от них, произвести выбор между ними. Этот выбор осуществляется иерархически организованной ценностной системой личности.

*Динамическая концепция личности в гештальт-терапии.* Феноменологический подход – один из главных в гештальт-терапии. Шизоидная, невротическая и нарциссическая составляющие личности в гештальте; понятие конфликта между ними.

*Представления Ф. Перлза о границе личности и среды.* У здоровой личности граница со средой является подвижной: возникновение определенной потребности требует «контакта» со средой и формирует гештальт, удовлетворение потребности завершает гештальт и требует «отхода» от среды. У невротической личности процессы «контакта» и «ухода» являются сильно искаженными и не обеспечивают адекватного удовлетворения потребностей.

Ф. Перлз подчеркивал, что дуалистическое разведение и противопоставление души и тела, а также субъекта и среды – это особенность европейского аналитического мировоззрения; в действительности противопоставлять их не стоит. Он не проводил четкой границы между «самостью» (интегрирующей телесные, ментальные и поведенческие проявления че-



ловека инстанцией) и внешним миром, полагая, что они постоянно взаимодействуют друг с другом, продолжая идеологию теории поля К. Левина. Основным предметом психологии при этом он считал динамику границ контакта, а сам контакт понимал как сознание, соприкосновение или совершение действий с действительностью (взаимодействие). Граница контакта – это граница между организмом и окружающей средой, где и развиваются психологические события. Все мысли, чувства и действия человека имеют место только на границе контакта. Самость – это «архитектор» жизни, это система контактов, имеющих место на границе в любой момент времени. Самость, таким образом, состоит из идентификаций и отчуждений.

Жизнь, согласно Ф. Перлзу, – это ряд незаконченных гештальтов (ситуаций), которые сменяют друг друга. Способность личности как системы, единой с организмом к гомеостазису, позволяет человеку поддерживать себя в различных обстоятельствах, переходя от одной ситуации к другой. Ситуация – одно из важнейших понятий Ф. Перлза, которое он использовал вслед за К. Левином и определял следующим образом. «Ситуация не сводится ни к полному пониманию функций организма, ни к самым совершенным познаниям о среде... Психологическая ситуация создается только взаимодействием организма и среды...».

Невротические личности позволяют посягать на себя обществу слишком интенсивно. Они неспособны к автономии, не могут воспринимать свои собственные потребности и рассматривают общество как нечто важное, а себя – как нечто незначительное. Невротик не способен выделить доминирующую потребность и поэтому не может ни осуществлять хороший контакт, ни полноценное изъятие бесполезного опыта. При психозе нередко развиваются фантазии как компенсация отсутствия реалистичного контакта.

Нарушения на границе контакта представляют собой четыре механизма развития невроза.

В случае интроекции материал извне не перерабатывается посредством нормальной ассимиляции, при которой ценные элементы опыта присваиваются, а ненужные отвергаются, а «проглатывается» некритически. В качестве себя самого рассматривается то, что в действительности представляет собой часть окружающей среды. При анализе личности невротика очень часто обнаруживаются «интроекты» – ригидные предписания, полученные от значимых или просто сильных людей в ситуациях прошлого.

Проекция – это другая форма нарушения контакта, обратная сторона интроекции, тенденция рассматривать как элемент окружающего мира то, что фактически является частью «Я». При проекции человеку проще объяснять свои собственные желания и качества как вызванные внешними обстоятельствами.

Слияние – третья форма искажения контакта, при которой человек вообще не разграничивает свое «я» и окружающий мир или не ощущает границы между собой и миром. При слиянии люди требуют сходства с собой и проявляют нетерпимость к различиям.

И наконец, ретрофлексия – это четвертая форма нарушения границ контакта, когда границы между собой и другими нет, причем неосуществленные действия, направленные на других, обращаются на себя. В ретрофлексии люди замещают собой и окружающую среду, и объекты этой среды. Вариантом ретрофлексии могут быть случаи аутоагрессии, в клиническом материале также нередко примеры автомобильных аварий обнаруживают смысл приходящего извне наказания за сознательно не принимаемые или отвергаемые поступки.

Цели гештальттерапии, как они формулировались Ф. Перлзом, – помочь человеку не нуждаться в поддержке окружающей среды и перейти к независимости. Таким образом, вариант гештальтпсихологической теории личности, предложенной Ф. Перлзом, акцентирует внимание на понятии границ и их целостности, обращает внимание на динамику состояния границ, которые возникают не навсегда, а в рамках определенных ограниченных во времени психологических ситуаций.

*Роль чувствительности и осознанности жизни для психологического здоровья личности.*

Осознание – это форма опыта, которая приблизительно может быть определена как нахождение в контакте с собственным бытием, с тем, что есть ... осознающая личность зна-

ет, что она делает, как она это делает, знает, что у нее есть выбор и что она выбирает быть такой, какова она есть.

Развитие осознания – первая задача в гештальт-консультировании и гештальт-терапии. Важно помнить, что осознание – это и знание и бытие.

В терапии консультант старается поощрять клиента: Оставаться здесь и сейчас; Усиливать и расширять осознание происходящего; Сосредоточиваться на том, что клиент склонен преуменьшать или избегать.

Перлз выделил 3 зоны осознания: Внутренняя Зона, Внешняя Зона и Средняя Зона.

Внутренняя Зона осознания относится к внутреннему миру клиента, часто невидимому для консультанта. Она включает такие субъективные феномены, как ощущения во внутренних органах, напряжение и расслабление мускулов, биение сердца, дыхание, а также ту смесь телесных чувств и ощущений, которая называется телесно-эмоциональным состоянием.

Внешняя зона. Это осознание контакта с внешним миром. Сюда входит все наше поведение, речь и действия. Сюда же относится то, что называется контактными функциями, слух, речь, вкус, осязание, обоняние и движение), то есть все наши способы контакта с миром. Обращая внимание на наши контактные функции, мы учимся осознать настоящее, замечая цвета, формы, звуки, фактуры и т.д. Мир вокруг нас становится богаче и оживает, а это, в свою очередь, может изменить наш опыт. Однако есть и другая причина обратить внимание на нашу Внешнюю Зону.

Средняя Зона состоит из мыслей, воспоминаний, фантазий и ожиданий. Сюда же относятся все способы осмысления внутренних и внешних сигналов. Средняя Зона является как бы посредником между Внутренней и Внешней. Одна из основных ее функций – организовывать наш опыт так, чтобы возникало некое понимание.

Способ контактирования клиента и терапевта так же может стать прекрасным полем для исследования всех трех зон осознания. По тому, как клиент раз за разом отвечает терапевту, можно судить и о том, как он осознает и о том, что он не осознает. Важнейший инструмент терапевта – это он сам, то, как он отзывается клиенту и как осознает собственное здесь и сейчас. Не пытаясь объяснять или интерпретировать, терапевт может помочь клиенту своим присутствием и умением наблюдать. Терапевт реагирует по-своему, комментирует, как он воспринимает клиента, его процессы, области, которые он, возможно, игнорирует или преуменьшает, а также различия, например, между тем, что он чувствует и что выражает его тело. Терапевт готов исследовать реакции и проекции клиента относительно него.

### **Тема 8. Понимание личности в контексте психологии отношений.**

Категория «отношение» как базовая в ленинградской психологической школе. Теория отношений Лазурского-Мясищева. Понятие отношения личности. Представления В.Н. Мясищева о структуре личности. Личность как ансамбль отношений. Роль общественных отношений в формировании личности. Развитие личности. Понятие нормы и патологии в концепции В.Н. Мясищева. Современные теории личности, опирающиеся на понятие отношений.

*Категория «отношение» как базовая в ленинградской психологической школе.* Основные ученые, несшие вклад в развитие ленинградской психологической школы (Ананьев, Ломов, Бодалев и др.). Личность и общение, связи с другими людьми как основной фактор развития личности. Восприятие и понимание человека человеком.

*Теория отношений Лазурского-Мясищева.* Теория личности Лазурского: Личность, как единство двух психологических механизмов - эндопсихики и экзопсихики; уровни психического развития личности (низший, средний и высший). Теория личности Мясищева: определение понятию «личность»; 4 компонента характеристики личности.

*Понятие отношения личности.*

В психологии, начиная с В.Н. Мясищева, основоположника отечественной концепции отношений личности, «отношение» определяется как «психологическая связь человека с окружающим его миром вещей и людей». Отношения личности образуют систему, которая

включает в себя отношение к предметам и явлениям внешнего мира (субъектобъектные отношения), отношение к другим людям (субъектсубъектные, межличностные отношения) и отношение к себе (самоотношение). Традиционно отношения личности к различным социальным объектам и ситуациям изучаются в психологии как социальные установки, или аттитюды, личности.

Кроме отношений в русле социальных установок личности в психологии также изучаются отношения в контексте таких явлений, как аттракция и аффилиация. Аттракция – это возникновение при восприятии одного человека другим его привлекательности для субъекта восприятия. При изучении аттракции главное внимание уделяется выяснению факторов, влияющих на формирование симпатии или антипатии к объекту восприятия; так, установлено, что одним из главных факторов возникновения аттрактивных отношений является внешняя привлекательность, компетентность людей. Аффилиация – это стремление человека быть в обществе других людей, ориентация личности на поддержку со стороны другого человека.

Таким образом, «отношение» – более широкое понятие, чем «социальная установка», «аттракция» или «аффилиация». Отношения личности как психологическое явление характеризуются следующими сущностными чертами:

1) отношения человека связаны с его потребностями (физиологическими и в первую очередь с психологическими). Отношение возникает как своеобразная связь между субъектом (человеком), испытывающим потребность, и объектом (будь то человек или предмет окружающего мира), способным удовлетворить эту потребность. Эта связь или, иначе говоря, отношение субъекта к объекту, проявляется, по мнению В.Н. Мясищева, в «переживании тяготения к объекту и в активной устремленности к овладению им». Например, отношение ребенка к матери детерминировано как его физиологическими потребностями, так и психологическими потребностями в защите и безопасности. В психологии рассматривают следующие психологические потребности, опосредующие отношения человека к себе и другому: потребность в установлении близких отношений; в контроле себя и других; потребность во включении в различные социальные группы; потребность в самоуважении; в позитивной оценке; потребность в понимании, в сочувствии, в опеке; потребность быть нужным, значимым;

2) в общении отношение взаимосвязано с отражением и взаимодействием человека с человеком. Возникновению отношения предшествует этап восприятия (отражения) субъектом объекта и оценки (на основе отражения) его потенциальных возможностей в плане удовлетворения тех или иных его потребностей. Таким образом, в результате отражения личностью Окружающей действительности формируется отношение, которое проявляется затем в формах взаимодействия, закрепленных в речи и экспрессивном поведении личности;

3) отношение есть одновременно процесс и результат общения и взаимодействия; его структура состоит из когнитивных, эмоциональных и поведенческих компонентов. На основе их сочетания определяются вид и тип отношений. Отношение как процесс проходит в своем развитии определенные этапы: формирование отношения, развитие отношения, стабилизация или распад отношения.

*Представления В.Н. Мясищева о структуре личности.* «Структурная характеристика освещает нам человека со стороны его целостности или расщепленности, последовательности или противоречивости, устойчивости или изменчивости, глубины или поверхности, обладания или относительной недостаточности тех или иных психических функций». Это принципиальное положение, по-видимому, и определило специфику его взглядов на структуру личности, где нет отдельных составляющих, но есть психологическая данность – отношение, замыкающая на себя все другие психологические характеристики личности. Именно отношение по мысли В. Н. Мясищева является интегратором этих свойств, что и обеспечивает целостность, устойчивость, глубину и последовательность поведения личности.

Что касается направленности, то она по мнению В. Н. Мясищева «выражает доминирующее отношение, или его интеграл». Эмоциональность также представлена одним из

компонентов в структуре самого отношения. Что же касается темперамента, то введение этого структурного, по своей природе, элемента в функциональное образование, коим является личность и с чем не спорит К. К. Платонов, становится просто алогичным.

Второе положение – это развитие и углубление традиции, идущей от А. Ф. Лазурского. Развивая его идеи об отношении личности В. Н. Мясищев строит свою концепцию личности, центральным элементом которой является понятие отношение.

Отношение личности – это активная, сознательная, интегральная, избирательная основанная на опыте связь личности с различными сторонами действительности. По мысли В. Н. Мясищева отношение – это системообразующий элемент личности, которая предстает как система отношений. При этом важным моментом является представление о личности как о системе отношений, структурированной по степени обобщенности – от связей субъекта с отдельными сторонами или явлениями внешней среды до связей со всей действительностью в целом. Сами отношения личности формируются под влиянием общественных отношений, которыми личность связана с окружающим миром в целом и обществом, в частности.

С момента рождения человек вынужден вступать именно в общественные отношения (сначала с матерью – непосредственно-эмоциональные отношения, затем с окружающими его близкими, сверстниками, воспитателями, педагогами, коллегами и т. д. в виде игровой, учебной, общенческой и трудовой деятельности), которые преломляясь через «внутренние условия» способствуют формированию, развитию и закреплению личностных, субъективных отношений человека. Эти отношения выражают личность в целом и составляют внутренний потенциал человека.

И отношения, и установки В. Н. Мясищев рассматривает в качестве интегральных психических образований, которые возникают в процессе индивидуального опыта. Установка бессознательна и потому она безлична, а отношение сознательно, «хотя, как подчеркивает В. Н. Мясищев, мотивы или источники его могут не осознаваться». Другое отличие отношения от установки заключается в том, отношение характеризуется избирательностью, а установка готовностью.

#### **Тема 9. Развитие и аномалии личности в теории деятельности.**

Общая характеристика деятельностного подхода к пониманию личности. Личность как иерархия деятельностей в концепции А.Н. Леонтьева. Понятие рождения личности и различные подходы к его определению. Личность, индивид, индивидуальность. Деятельность и развитие личности. Представления С.Л. Рубинштейна о жизненном пути личности. Подходы к описанию структуры личности в психологии деятельности. Аномалии личности в теории деятельности. Развитие представлений о личности в трудах А.Г. Асмолова, Б.С. Братуся, Ф.Е. Василюка, В.А. Петровского, Е.В. Субботского. Возможности и ограничения использования деятельностных теорий личности в клинической психологии.

*Общая характеристика деятельностного подхода к пониманию личности.* В деятельностном подходе личность, ее формирование и развитие рассматриваются с позиций практической деятельности как особой формы психической активности человека. Согласно подходу, внутреннее богатство личности определяется разнообразием видов деятельности, в которые реально включен человек, и тем личностным смыслом, который наполняет он эти виды деятельности.

Для понимания сущности деятельностного подхода к личности важно отметить, что

- эта форма активности для отдельно взятого человека не является генетически наследуемой, а появляется у него в результате усвоения социального опыта, жизни среди людей;
- деятельность предметна, она воплощается в ее продуктах, в ней отражаются знания, умения, язык, ценности, накопленные человечеством;
- деятельность субъектна, так как подчинена потребностям, мотивам и целям индивида (субъекта);

- средством освоения деятельности является не бихевиористский рефлекс типа «стимул - реакция», а процессы интериоризации - экстериоризации, т.е. процессы взаимной замены внешних (практических) и внутренних (мыслительных) действий.

Основной акцент в деятельностном подходе уделяется социальной сущности личности. Другими словами, личность рассматривается как совокупность социальных характеристик (свойств, качеств), которые человек приобретает в предметной деятельности, выполняя полезную общественную роль с позиций своего положения в обществе. Социальная среда, в которой живет человек, занимаясь общественно полезной деятельностью, вступая в деловые и межличностные отношения с другими людьми через общение, есть источник становления его личности.

Единство взглядов на личность с позиций деятельностного подхода не исключает разнообразия точек зрения отечественных психологов на отдельные важные моменты этой проблемы. Основные разногласия касаются вопросов соотношения биологического и социального начал личности, самого понятия личности, его соотношения с понятиями «индивид» и «индивидуальность», психологической структуры личности, процессов ее формирования и развития.

Так, по вопросу соотношения психического, биологического и социального начал в личности существуют следующие точки зрения:

- эти начала совершенно независимы. Что же касается психического, то оно имеет неземное происхождение, и поэтому обсуждение процессов его формирования и развития лишено всякого смысла (психика в виде души вдыхается в биологическую оболочку человека во временное пользование на планете Земля);

- психическое следует за биологическим в рамках естественного эволюционного воспроизводства человека как вида (из семени банана вырастает банан, из семени человека - человек);

- психическое представляет собой надуманное и реально не существующее начало, ибо все психические процессы можно объяснить с позиций физиологии (личность человека, принявшего излишнюю дозу алкоголя, йзменяется на глазах не из-за каких-то психических процессов, а из-за характерного взаимодействия химических, физических и электрических процессов, происшедших в организме человека);

- психическое есть прямое следствие исключительно социального в рамках процесса развития общества, воспроизводства социальных отношений между людьми (даже если человека не обучать грамоте, профессии, нравам и ценностям, он, находясь среди других людей, в необходимой мере решит сам эти задачи);

- биологическое начало есть предпосылка психического, но последнее реализуется лишь через социальное (в отличие от сказочных реальные «воспитанники джунглей Маугли» внешне ничем не отличались от человека, но не стали личностями).

И хотя эти разногласия не носят антагонистического, взаимоисключающего характера, они должны быть известны каждому психологу в интересах формирования собственной научной позиции в данной проблеме.

Считается, что в отечественную психологию термин «деятельность» впервые ввел М. Я. Басов. По его убеждению, деятельность первична относительно важнейших психических процессов, в частности условных рефлексов. До этого проблема деятельности практически выпадала из поля научных интересов (и не только в психологии). Яркое подтверждение этому - отсутствие в Большой Советской Энциклопедии (1-е издание) статьи «Деятельность».

Глубокую разработку деятельностный подход получил в работах С. Л. Рубинштейна и А. Н. Леонтьева. Исходным в их подходе была трактовка деятельности, данная К. Марксом, согласно которой, изменяя внешний мир, человек изменяет и свою собственную психическую природу. В этом проявляется принцип единства сознания (психики) и деятельности. Были, конечно, и различия во взглядах этих ученых. Так, С. Рубинштейн, отвергая саму деятельность как предмет изучения психологии, говорил, что предмет психологии - это психика в деятельности, а не психика и деятельность. Леонтьев же настаивал на том, Что сама дея-

тельность прямым образом должна входить в предмет психологии своим особым содержанием.

*Личность как иерархия деятельностей в концепции А.Н. Леонтьева.* Личность, как производная общественных отношений. Разграничение понятия индивид и личность по Леонтьеву. Развитие личности как процесс взаимодействия множества деятельностей. Иерархия деятельностей. понятия «потребность», «мотив», «эмоция», «значение» и «смысл» в концепции Леонтьева. Мотивы-стимулы и мотивы-цели. 3 основных параметра личности по Леонтьеву. Процесс становления личности - процесс «становления связной системы личностных смыслов».

*Понятие рождения личности и различные подходы к его определению.* Личностью человека можно назвать лишь с определенного момента его развития. Личность «рождается» в онтогенезе «дважды», говорил А.Н.Леонтьев. Первое рождение личности начинается (это не одномоментное событие) в возрасте около 3 лет и продолжается фактически все дошкольное детство. Критерием произошедшего рождения является принятие субъектом социальных норм и ценностей как мотивов своего собственного поведения. Внешне это проявляется, например, в способности ребенка «не взять» понравившийся ему предмет только потому, что «мама запретила его трогать». Даже когда его никто не видит, ребенок может ходить вокруг этого предмета, но трогать не будет. Значит, социальная норма, выступавшая внешним регулятором поведения ребенка (раньше ребенок не трогал предмет только в присутствии мамы или другого взрослого), теперь становится внутренней формой регуляции.

Второе рождение личности, по А. Н.Леонтьеву, происходит в подростковом возрасте, когда ребенок, у которого сложилась уже в результате предшествующей деятельности определенная более или менее устойчивая иерархия мотивов, оказывается вдруг перед необходимостью ее пересмотра. Это происходит потому, что все больше и больше расширяется круг социальных отношений, в которые входит ребенок, увеличивается число реализующих эти отношения видов деятельностей и возникают противоречия уже внутри круга соответствующих им социальных мотивов. Особенно отчетливо это впервые может обнаружиться в подростковом возрасте, когда социально одобряемый родителями ребенка поступок (например, не пропускать ни одного урока) вдруг получает резко отрицательную оценку других учеников класса, ставших для подростка «значимыми другими». В этом возрасте ребенок начинает ставить перед собой глобальные вопросы о том, что такое добро, что такое зло, к чему следует стремиться и чего избегать, каковы должны быть жизненные идеалы и т.п.

Социальный индивид может так и не превратиться в личность: ведь становление субъекта личностью предполагает повышение его ответственности и самостоятельности, которое часто имеет своим следствием появление новых проблем для субъекта. Особой проблемой, например, может выступить появление большей свободы деятельности, к которой субъект не привык.

*Личность, индивид, индивидуальность.* Человек как целостная система в широком смысле слова включает в себя две подсистемы:

- организм - морфофизиологическая организация;
- личность - социально-психологическая организация.

Обе системы взаимосвязаны и взаимообусловлены. Развитие организма в значительной степени запрограммировано генетически и зависит от образа жизни, что определяется как раз социально-психологической организацией человека.

Человек – биологическое существо, принадлежащее к классу млекопитающих вида *Homo sapiens*, наделенное сознанием и особой телесной организацией.

Человек - существо биологическое.

Индивид - существо, принадлежащее к человеческому роду.

Личность - социальное существо, включенное в общественные отношения, участвующее в общественном развитии и выполняющее определенную социальную роль.

Индивидуальность подчеркивает неповторимое своеобразие человека, то, в чем он отличен от других.

При всей многогранности понятие «индивидуальность», в первую очередь, обозначает духовные качества человека.

В понятиях «личность» и «индивидуальность» заключены различные измерения духовной сущности человека. Со словом «личность» обычно употребляют такие эпитеты, как сильная, энергичная, независимая, подчеркивая тем самым ее деятельностьную представленность в глазах других. Об индивидуальности мы чаще говорим - яркая, неповторимая, творческая.

Понятие «личность» имеет множество вариантов как в историческом, так и психологическом плане.

Понятие «личность» отличают от понятий «индивид» и «индивидуальность». Личность формируется под влиянием общественных отношений, культуры, непосредственного окружения и обусловлена также биологическими особенностями. Эти внутренние условия являются сплавом:

- наследственно биологических свойств;
- социально обусловленных качеств.

*Деятельность и развитие личности.* Влияние среды и воспитания на развитие наследственности дополняется еще одним чрезвычайно важным фактором – деятельностью, многообразием занятий человека. В процессе деятельности происходит всестороннее развитие человека, формируется его отношение к окружающему миру. Чтобы деятельность привела к формированию запроецированного образа личности, ее нужно организовать и разумно направить. Деятельность может быть активной и пассивной. Даже самый маленький ребенок уже проявляет себя как активное существо, предъявляет требования к взрослым, сверстникам, выражает свое отношение к ним и предметам. В дальнейшем под влиянием среды и воспитания активность может как повышаться, так и снижаться.

Все проявления активности имеют один и тот же постоянный источник – потребности. Многообразие человеческих потребностей порождает и многообразие видов деятельности для их удовлетворения. Показать растущему человеку полезные, максимально ослабить ложные направления активности – постоянная и одновременно сложная задача воспитателей. Сложность в том, что потребности и мотивы деятельности в период интенсивного становления человека подвижны и переменчивы. Поэтому на различных возрастных ступенях должны оперативно меняться виды и характер деятельности.

Активность личности имеет избирательный характер. Развитие ее происходит под воздействием не любых влияний, а главным образом тех, которые выражают потребности человека, обращены к его личности, опираются на его собственное отношение к жизни. Это не только предпосылка, но и результат развития. Воспитание достигает цели, когда удается сформировать общественно активную, инициативную, творческую личность, приносящую радость себе и людям. Разумная, педагогически выверенная организация деятельности школьника обеспечивает активность во всех ее проявлениях.

*Представления С.Л. Рубинштейна о жизненном пути личности.*

С.Л. Рубинштейн - один из тех отечественных психологов, кто целенаправленно занимался проблемой жизненного пути личности.

Рубинштейн отмечает ошибочность трактовки возраста как метафизической сущности, не зависимой от конкретного содержания: «Психология изучает не возраст как таковой, а закономерности психического развития человека в возрастном плане». При этом «установление возрастных закономерностей психического развития не освобождает... психолога от необходимости изучать индивидуальные особенности конкретного индивидуального ребенка. Самая проблема возрастных особенностей должна быть поставлена в курсе психологии в теснейшей, неразрывной связи с изучением и учетом индивидуальных особенностей».

Возражая против тезиса Бюлер, что личность в последующем жизненном пути есть лишь проект того, что заложено в детстве (хотя сама же Бюлер предлагала изучать жизненный путь как эволюцию внутреннего мира личности), С.Л.Рубинштейн выдвигает идею о жизненном пути, с одной стороны, как некоем целом, с другой - как некоторых качественно

определенных этапах, каждый из которых может благодаря активности личности стать поворотным, т.е. радикально изменить ее жизненный путь.

Разработка концепции жизненного пути личности способствовала решению старой проблемы, как соединить индивидуально-биографический и социально-типический подходы к жизни, т.е. осуществить переход от идиографического к номотетическому методу изучения жизни человека.

Свои исходные взгляды Рубинштейн изложил в «Основах общей психологии», где пока еще не фигурирует само понятие субъекта, но та реальность, которую оно обозначает, уже представлена. «Линия, ведущая от того, чем человек был на одном этапе своей истории, к тому, чем он стал на следующем, проходит через то, что он сделал»

В отличие от отечественной психологии того времени, которая исследовала личность либо через систему общественных отношений, конкретно реализуемых во взаимодействии между ребенком и взрослым (Л.С. Выготский), либо с помощью категории деятельности (А.Н. Леонтьев), С.Л. Рубинштейн вышел за пределы конкретных видов материальной и идеальной деятельности, поместив личность в более широкий контекст - в пространство ее жизнедеятельности. Именно личность соотносит свои субъективные желания и объективные требования социальной ситуации, осуществляя регуляцию взаимоотношений между субъектом и объектом. «Таким образом, личность не растворяется в деятельности, а посредством нее решает сложные жизненные задачи и противоречия. Здесь деятельность выступает в качестве поведения и поступков. Это и есть качество личности как субъекта жизни, который определяет свои ценности и способы их реализации в жизни, строит свои отношения (и способы общения в них), находит адекватные своей личности способы самореализации в деятельности».

Человек как субъект жизни рассматривается с точки зрения:

о психического склада - индивидуальных особенностей психических процессов и состояний;

о личностного склада - мотивации, характера и способностей, в которых обнаруживаются движущие силы личности, ее жизненный потенциал и ресурсы;

о жизненного склада - способности использовать свой ум и нравственные качества для того, чтобы ставить и решать жизненные задачи, активности, мировоззрения и жизненного опыта.

С этой точки зрения необходимо определить основные жизненные образования личности. Это - активность, сознание и способность к организации времени жизни.

*Подходы к описанию структуры личности в психологии деятельности.* Понятие структуры личности является одной из сложных методологических задач психологии личности.

Учение о структуре личности в отечественной психологии берет своё начало в теоретических разработках Сергея Леонидовича Рубинштейна (1889-1960). Он отмечал, что в психическом облике личности выделяются различные сферы, характеризующие различные его стороны, но при всем своем многообразии, различии и противоречивости основные свойства личности, взаимодействуют друг с другом в конкретной деятельности человека и взаимопроникают друг в друга, и смыкаются в реальном единстве личности. Поэтому неправильна как та точка зрения, для которой единство личности выражается в аморфной целостности (гештальтпсихология), так и другая, которая видит в личности лишь отдельные черты и утрачивает внутренне единство психического образа личности. В отечественной психологии первым стал рассматривать структуру личности В.Н.Мясищев. Он рассматривал структуру личности как одну из её сторон и выделял три аспекта в личности: 1. направленность; 2. уровень развития и динамика; 3. структурный аспект личности. Структурная характеристика - по Мясищеву - освещает человека со стороны его целостности или расщепленности, последовательности или противоречивости, устойчивости или изменчивости, глубины или поверхности, преобладание или относительной недостаточности тех или иных функций. нужно отметить, что в структуру Мясищева включается только характеристика функционального развития человека. Далее А.Г.Ковалев работал над проблемой структуры лично-



сти и указывал, что в процессе деятельности свойства личности определенным образом складываются друг с другом и образуют сложные структуры: 1. темперамент (система природных свойств), 2. направленность (система потребностей, идеалов, интересов), 3. способности (совокупность интеллектуальных, волевых и эмоциональных свойств); 4. характер (система отношений и способов поведения). Б.Г. Ананьев наиболее удачное понимание структуры видел в «переходе от психических процессов (1) к психическим состояниям (2) и от них к психическим свойствам (3)». Это понимание структуры он дополнял еще психическими функциями (4) (сенсорные, мнимические и др.) и общей элементарной мотивацией поведения (4) (потребности и установки). Он представлял это структурный ряд в виде пяти иерархично связанных подструктур.

В. С. Мерлин попытался уточнить понимание структуры личности. Он исходил из двух подструктур или «групп индивидуальных особенностей». 1 подструктура - свойства индивида - это: 1 - темперамент; 2 - индивидуальные качественные особенности психических процессов. 2 подструктура - свойства индивидуальности: 1 - мотивы и отношения; 2 - характер; 3 - способности.

К. Платонов выдвигает концепцию динамической функциональной структуры личности. Она рассматривает личность как динамическую систему, развивающуюся во времени, изменяющую состав входящих в неё компонентов и связей между ними при сохранении функции. В концепции динамической структуры личности выделяется 4 подструктуры личности: 1 подструктура - содержательные черты личности - направленность и отношения личности, проявляющиеся как её моральные качества. 2 - подструктура опыта - объединяет знания, навыки, умения и привычки, приобретенные в личном опыте путем обучения, но уже с заметным влиянием биологических, и даже генетически обусловленных свойств личности. Пример: начитанность и умелость. Нужно отметить, что элементы, входящие в эту подструктуру можно отнести сами по себе к свойствам личности.

Ананьев указывает, что структура личности строится на двух принципах: 1) субординационному или иерархическому - суть которого заключается в том, что более сложные и более общие социальные свойства личности подчиняют себе более элементарные и частные социальные и психофизиологические свойства; 2) координационному, который заключается в том, что взаимодействие осуществляется на паритетных началах, допускающих относительную автономию каждого из них.

## **2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ (УКАЗАНИЯ) К ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ**

Основная цель проведения практического занятия заключается в закреплении знаний, полученных в ходе прослушивания лекционного материала.

*Практические занятия проводятся в форме заслушивания докладов и обсуждения материала.* Обсуждение направлено на лучшее усвоение изученного материала, освоение научных основ, эффективных методов и приемов решения конкретных практических задач, на развитие способностей к творческому использованию получаемых знаний и навыков.

*Практическое занятие по данной дисциплине проводится также в форме устного опроса* студентов по плану практических занятий, предполагающего проверку знаний усвоенного лекционного материала.

В ходе подготовки к практическому занятию студенту следует просмотреть материалы лекции, а затем начать изучение учебной литературы. Следует знать, что освещение того или иного вопроса в литературе часто является неполным, ориентированным в большей степени на одни разделы дисциплины, и в меньшей – на другие. Поэтому не следует ограничиваться одним учебником, научной статьей или монографией, а рассмотреть как можно больше материала по интересующей теме, представленного в системе ЭБС.

Студенту рекомендуется следующая схема подготовки к практическому занятию:

1. Проработать конспект лекций;
2. Прочитать основную и дополнительную литературу, рекомендованную по изучаемому разделу;
3. Ответить на вопросы плана практического занятия;
4. Выполнить домашнее задание;
5. При затруднениях сформулировать вопросы к преподавателю.

При подготовке к практическим занятиям следует руководствоваться указаниями и рекомендациями преподавателя, использовать основную литературу из представленного им списка. Для наиболее глубокого освоения дисциплины рекомендуется изучать литературу, обозначенную как «дополнительная» в представленном в рабочей программе дисциплины списке.

При подготовке доклада на практическое занятие желательно заранее обсудить с преподавателем перечень используемой литературы, за день до практического занятия предупредить о необходимых для предоставления материала технических средствах, напечатанный текст доклада предоставить преподавателю.

Если при изучении отдельных вопросов возникнут трудности, студент может обратиться к преподавателю за консультацией (устной или письменной).

Таим образом, значительную роль в изучении предмета выполняют практические занятия, которые призваны, прежде всего, закреплять теоретические знания, полученные в ходе прослушивания и запоминания лекционного материала, ознакомления с учебной и научной литературой, а также выполнения самостоятельных заданий. Тем самым практические занятия способствуют получению наиболее качественных знаний, помогают приобрести навыки самостоятельной работы.

### **Практические занятия**

#### **Тема 1. Феноменология личности: общепсихологический и клинический подходы.**

1. История исследования личности в различных областях человекознания.
2. Общепсихологический подход к пониманию личности.
3. Проблема личности в клинической психологии.
4. Характеристика базовых дихотомий в описании личности.

#### **Тема 2. Базовые составляющие теории личности в клинической психологии.**

1. Понятие теории личности. Варианты классификаций теорий личности.
2. Компоненты теории личности (по Л. Хьеллу, Д. Зиглеру).
3. Критерии оценки теории личности (по Л. Хьеллу, Д. Зиглеру).

### **Тема 3. Психодинамические теории личности. Эго-психология.**

1. Представления о личности в психоанализе З. Фрейда. Природа тревоги и защитные механизмы Эго.
2. Глубинная психология К.Г. Юнга и юнгианский психоанализ. Современные теории, опирающиеся на концепцию К.Г. Юнга.
3. Индивидуальная теория личности А. Адлера.
4. Общая характеристика Эго-психологии.
5. Теория эпигенетического развития личности Э. Эриксона.
6. Социокультурная теория личности К. Хорни.
7. Теория личности Э. Фромма.
8. Возможности и ограничения использования психоаналитических теорий личности в клинической психологии.

### **Тема 4. Поведенческий анализ личности. Когнитивно-бихевиоральное и когнитивное направления.**

1. Представления о личности в «рефлекторном» бихевиоризме: теории Дж. Уотсона и Б. Скиннера.
2. Социально-когнитивная теория личности А. Бандуры.
3. Теория социального научения Дж. Роттера.
4. Теория личностных конструктов Дж. Келли.
5. Возможности и ограничения использования бихевиоральных, когнитивных и когнитивно-бихевиоральных теорий личности в клинической психологии.

### **Тема 5. Гуманистическое направление в исследовании личности.**

1. Экзистенциальный взгляд на природу человека в гуманистической психологии. Базовые принципы направления.
2. Понятие психологического здоровья в гуманистической психологии.
3. Теория мотивации личности А. Маслоу.
4. Представления о самоактуализации как основе развития личности. Психологический портрет самоактуализирующегося человека.
5. Феноменологическая теория личности К. Роджерса.
6. Возможности и ограничения использования гуманистических теорий личности в клинической психологии.

### **Тема 6. Диспозициональное направление в исследовании личности.**

1. Общая характеристика диспозиционального направления в исследовании личности.
2. Диспозициональная теория личности Г. Олпорта.
3. Структурная теория черт личности Р. Кеттела.
4. Теория типов личности Г. Айзенка.
5. Представления о психологическом здоровье и саморазвитии личности в диспозициональном направлении.
6. Возможности и ограничения использования диспозициональных теорий личности в клинической психологии.

### **Тема 7. Личность в гештальтпсихологии и гештальт-терапии.**

1. Общая характеристика гештальтподхода к изучению личности.
2. Представления о личности в концепции К. Левина.
3. Динамическая концепция личности в гештальт-терапии.
4. Представления Ф. Перлза о границе личности и среды.
5. Представления о личности в современной гештальт-терапии.
6. Возможности и ограничения использования гештальтистских теорий личности в клинической психологии.

### **Тема 8. Понимание личности в контексте психологии отношений.**

1. Общая характеристика «психологии отношений».
2. Категория «отношение» как базовая в ленинградской психологической школе.
3. Теория личности В.Н. Мясищева.

4. Понятие психического здоровья и невроза в концепции В.Н. Мясищева.

5. Современные теории личности, опирающиеся на понятие отношений.

**Тема 9. Развитие и аномалии личности с позиции теории деятельности.**

1. Общая характеристика деятельностного подхода к пониманию личности.

2. Личность как иерархия деятельностей в концепции А.Н. Леонтьева.

3. Личность, индивид, индивидуальность: соотношение понятий.

4. Представления о рождении личности: сравнительная характеристика подходов. Деятельность и развитие личности.

5. Представления С.Л. Рубинштейна о жизненном пути личности.

6. Подходы к описанию структуры личности в психологии деятельности.

7. Аномалии личности в теории деятельности.

### 3. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Для работы со студентами рекомендуют к применению следующие формы самостоятельной работы.

#### *Работа с литературой*

Важной составляющей самостоятельной внеаудиторной подготовки является работа с литературой по всем формам занятий: семинарским, практическим, при подготовке к зачетам, экзаменам, тестированию, участию в научных конференциях.

Один из методов работы с литературой – повторение: прочитанный текст можно заучить наизусть. Простое повторение воздействует на память механически и поверхностно. Полученные таким путем сведения легко забываются.

Более эффективный метод – метод кодирования: прочитанный текст нужно подвергнуть большей, чем простое заучивание, обработке. Чтобы основательно обработать информацию и закодировать ее для хранения, важно провести целый ряд мыслительных операций: прокомментировать новые данные; оценить их значение; поставить вопросы; сопоставить полученные сведения с ранее известными. Для улучшения обработки информации очень важно устанавливать осмысленные связи, структурировать новые сведения. При изучении дисциплины важным вариантом кодирования информации является составление схем и таблиц. В этом случае помимо вербальной (словесной), задействуется моторная память, что способствует более полному усвоению материала.

Изучение научной учебной и иной литературы требует ведения рабочих записей. Форма записей может быть весьма разнообразной: простой или развернутый план, тезисы, цитаты, конспект.

План – структура письменной работы, определяющая последовательность изложения материала. Он является наиболее краткой и потому самой доступной и распространенной формой записей содержания исходного источника информации. По существу, это перечень основных вопросов, рассматриваемых в источнике. План может быть простым и развернутым. Их отличие состоит в степени детализации содержания и, соответственно, в объеме.

Выписки представляют собой небольшие фрагменты текста (неполные и полные предложения, отделы абзацы, а также дословные и близкие к дословным записи об излагаемых в нем фактах), содержащие в себе основную идею (идеи) прочитанного текста. Выписки представляют собой более сложную форму записи содержания исходного источника информации. По сути, выписки – не что иное, как цитаты, заимствованные из текста. Выписки позволяют в концентрированной форме и с максимальной точностью воспроизвести наиболее важные мысли автора, статистические и фактологические сведения.

Тезисы – сжатое изложение содержания изученного материала в утвердительной (реже опровергающей) форме. Отличие тезисов от обычных выписок состоит в том, что тезисам присуща значительно более высокая степень концентрации материала. В тезисах отмечается преобладание выводов над общими рассуждениями. Записываются они близко к оригинальному тексту, т.е. без использования прямого цитирования.

Аннотация – краткое изложение основного содержания исходного источника информации, дающее о нем обобщенное представление. К написанию аннотаций прибегают в тех случаях, когда подлинная ценность и пригодность исходного источника информации исполнителю письменной работы окончательно неясна, но в то же время о нем необходимо оставить краткую запись с обобщающей характеристикой.

Резюме – краткая оценка изученного содержания исходного источника информации, полученная, прежде всего, на основе содержащихся в нем выводов. Резюме весьма сходно по своей сути с аннотацией. Однако, в отличие от последней, текст резюме концентрирует в себе данные не из основного содержания исходного источника информации, а из его заключительной части, прежде всего выводов. Но, как и в случае с аннотацией, резюме излагается своими словами – выдержки из оригинального текста в нем практически не встречаются.

Конспект представляет собой сложную запись содержания исходного текста, включающая в себя заимствования (цитаты) наиболее примечательных мест в сочетании с планом источника, а также сжатый анализ записанного материала и выводы по нему.

При выполнении конспекта требуется внимательно прочитать текст, уточнить в справочной литературе непонятные слова и вынести справочные данные на поля конспекта. Нужно выделить главное, составить план. Затем следует кратко сформулировать основные положения текста, отметить аргументацию автора. Записи материала следует проводить, четко следуя пунктам плана и выражая мысль своими словами. Цитаты должны быть записаны грамотно, учитывая лаконичность, значимость мысли.

В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Необходимо указывать библиографическое описание конспектируемого источника.

Самостоятельная работа студентов является обязательной для каждого студента, а её объём определяется учебным планом. Формы самостоятельной работы студентов определяются содержанием учебной дисциплины, степенью подготовленности студентов.

Самостоятельная работа – одна из важнейших форм овладения знаниями. Самостоятельная работа включает многие виды активной умственной деятельности студента: слушание лекций и осмысленное их конспектирование, глубокое изучение источников и литературы, консультации у преподавателя, подготовка к практическим занятиям, экзаменам, самоконтроль приобретаемых знаний и т.д.

Изучение дисциплины следует начинать с проработки рабочей программы, особое внимание уделяя целям и задачам, структуре и содержанию курса.

Тематика заданий для самостоятельной работы включает в себя задания для самостоятельной работы.

#### *Задания для самостоятельной работы:*

1. Подготовка материала по теме «Феноменология личности: общепсихологический и клинический подходы»:

- 1) Выполнение заданий, полученных в ходе лекции;
- 2) Составление сравнительной характеристики общепсихологического и клинико-психологического подходов к пониманию личности (в виде таблицы, с указанием критериев сравнения).

2. Подготовка материала по теме «Базовые составляющие теории личности в клинической психологии»:

- 1) Выполнение заданий, полученных в ходе лекции;
  - 2) Подготовка к практическому занятию.
3. Подготовка материала по теме «Психодинамические теории личности. Эгопсихология»:

- 1) Выполнение заданий, полученных в ходе лекции;
- 2) Повторение лекционного материала, поиск дополнительной информации, подготовка конспекта.

3) Составление кратких схем (таблиц), отражающих ключевые положения рассматриваемых теорий личности (включая представления о норме и патологии личности)

4. Подготовка материала по теме «Поведенческий анализ личности. Когнитивно-бихевиоральное и когнитивное направления»:

- 1) Выполнение заданий, полученных в ходе лекции;
- 2) Подготовка к практическому занятию.
- 3) Составление кратких схем (таблиц), отражающих ключевые положения рассматриваемых теорий личности.

5. Подготовка материала по теме «Гуманистическое направление в исследовании личности»:

1) Выполнение заданий, полученных в ходе лекции;  
2) Повторение лекционного материала, поиск дополнительной информации, подготовка конспекта.

3) Составление кратких схем (таблиц), отражающих ключевые положения рассматриваемых теорий личности.

6. Подготовка материала по теме «Диспозициональное направление в исследовании личности»:

1) Выполнение заданий, полученных в ходе лекции;

2) Подготовка к практическому занятию.

3) Составление кратких схем (таблиц), отражающих ключевые положения рассматриваемых теорий личности.

7. Подготовка материала по теме «Личность в гештальтпсихологии и гештальт-терапии»:

1) Выполнение заданий, полученных в ходе лекции;

2) Повторение лекционного материала, поиск дополнительной информации, подготовка конспекта.

3) Составление кратких схем (таблиц), отражающих ключевые положения рассматриваемых теорий личности.

8. Подготовка материала по теме «Понимание личности в контексте психологии отношений»:

1) Выполнение заданий, полученных в ходе лекции;

2) Подготовка презентации о теории личности.

3) Составление кратких схем (таблиц), отражающих ключевые положения рассматриваемых теорий личности.

9. Подготовка материала по теме «Развитие и аномалии личности в теории деятельности»:

1) Выполнение заданий, полученных в ходе лекции;

2) Составление кратких схем (таблиц), отражающих ключевые положения рассматриваемых теорий личности