

**МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ  
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ВНУТРІШНІХ СПРАВ**

*Факультет № 6  
Кафедра соціології та психології*

**ТЕКСТ ЛЕКЦІЇ**

з навчальної дисципліни «**Психологічні теорії особистості**»  
вибіркових компонент освітньої програми  
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

*053 Психологія (практична психологія)*

**Тема № 2.** *Уявлення про особистість в теоріях фрейдизму та  
неофрейдизму.*

**Харків 2023**

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

Науково-методичною радою  
Харківського національного  
університету внутрішніх справ  
Протокол № 7 від 30.08.2023 р.

**СХВАЛЕНО**

Вченою радою факультету № 6  
Протокол № 7 від 25.08.2023 р.

**ПОГОДЖЕНО**

Секцією Науково-методичної ради  
ХНУВС з гуманітарних та  
соціально-економічних дисциплін  
Протокол № 7 від 29.08.2023 р.

Розглянуто на засіданні кафедри  
соціології та психології  
Протокол № 8 від 15.08.2023 р.

**Розробник:**

Доцент кафедри соціології та психології, кандидат біологічних наук, доцент  
Шахова О.Г.

**Рецензенти:**

1. Доцент кафедри педагогіки та психології Харківської державної академії фізичної культури, кандидат психологічних наук, доцент Павлик О.М.
2. Доцент кафедри соціології та психології факультету № 6 ХНУВС, кандидат психологічних наук, доцент Жданова І.В.

### План лекції

1. Особистість у концепції Зигмунда Фрейда.
  - 1.1. Основні поняття.
  - 1.2. Структура особистості.
  - 1.3. Психосексуальні фази розвитку.
  - 1.4. Психоаналіз: теорія.
2. Теорія особистості Карла Густава Юнга.
3. Особистість у концепції Альфреда Адлера.
4. Особистість в теорії Вільгельма Райха.
5. Теорії особистості Карен Хорні.
6. Теорія особистості Еріка Берна.
7. Теорія особистості Еріка Еріксона.
8. Особистість у концепції Еріха Фромма.
9. Теорія особистості Гарі Стек Саллівана.

### Рекомендована література:

#### Основна:

1. Москалець В.П. Психологія особистості: курс лекцій. – Івано-Франківськ: ЗАТ «Надвірнянська друкарня», 2010. – 160 с.
2. Москалець В.П. Психологія особистості: навчальний посібник. – Центр учбової літератури (ЦУЛ), 2013. – 262 с.
3. Столярченко О.Б. Психологія особистості : навч. Посібник. – Київ: Центр учб. літ., 2018. – 279 с.

#### Допоміжна:

1. Кремень В.Г. Філософія людиноцентризму в освітньому просторі / В.Г. Кремень. – 2-е вид. – К.: Т-во «Знання» України, 2010. – 520 с.

### Інформаційні ресурси в Інтернеті:

1. Пошукова система Google Scholar <http://scholar.google.com/>
2. Пошукова система Google books <https://books.google.com/>
3. Система пошуку наукової інформації у відкритих архівах України (SSM) <https://oai.org.ua/>

### Текст лекції

#### Психодинамічний підхід до теорії особистості Зигмунда Фрейда.

Психоаналітична теорія як така є прикладом психодинамічного підходу - вона відводить провідну роль складній взаємодії між інстинктами, мотивами і потягами, які конкурують або борються один з одним за верховенство в регуляції поведінки людини. В уявленні, згідно з яким **особистість** є динамічною конфігурацією процесів, що знаходяться в нескінченному конфлікті, виражена суть психодинамічного напрямку, особливо в трактуванні Фрейда. Поведінка людини є скоріше детермінованою, ніж довільною або випадковою. Передбачуваний

психодинамічним напрямком детермінізм поширюється на все, що ми робимо, відчуваємо або про що думаємо, включаючи навіть події, які багато людей розглядають як випадковості, а також застереження, описки тощо. Дане уявлення підводить нас до головної і вирішальної теми, що розробляється психодинамічним напрямком. А саме, воно підкреслює значення несвідомих психічних процесів у регуляції поведінки людини. Згідно Фрейду, не тільки наші вчинки часто є ірраціональними, але також саме значення і причини нашої поведінки рідко бувають доступними усвідомленню.

Важко дати оцінку сучасним теоріям особистості, не віддавши належного визнання теорії Фрейда. Незалежно від того, приймаємо ми або відкидаємо якісь (або всі) його ідеї, неможливо заперечити той факт, що вплив Фрейда на західну цивілізацію ХХ століття було глибоким і міцним. Можна стверджувати, що у всій історії людства дуже небагато ідей зробили настільки широкий і потужний вплив. Це, звичайно, сильне твердження, але важко уявити, що у Фрейда знайдеться багато конкурентів.

За майже 45 років активної наукової діяльності та клінічної практики Фрейд створив: 1) першу розгорнуту теорію особистості; 2) велику систему клінічних спостережень, заснованих на його терапевтичному досвіді і самоаналізі; 3) оригінальний метод лікування невротичних розладів; 4) метод дослідження тих психічних процесів, які майже неможливо вивчити якими-небудь іншими способами.

**Теорія 3. Фрейда.** Зигмунд Фрейд (Sigmund Freud) народився 6 травня 1856 року в Австрії, у Фрейберзі в Моравії (тепер це частина Чеської Республіки). Коли йому було 4 роки, сім'я пережила фінансові неприємності і переїхала до Відня, де Фрейд і провів більшу частину свого життя. У 1938 році, щоб врятуватися від німецької окупації, він втік до Англії. У 1873 році він вибрав для вступу медичний факультет Віденського університету, де провчився 8 років. У віці 26 років Фрейд отримав медичний вчений ступінь. У 1900 році він опублікував свою роботу «Тлумачення сновидінь», після чого його теорія психоаналізу почала завойовувати світ.

Коли роботи Фрейда стали більш доступними, критика посилилася. У 1933 році фашисти, роздратовані його відвертим обговоренням сексуальних питань, спалили купу книжок Фрейда в Берліні. Фрейд прокоментував цю подію: «Якого прогресу ми досягли! У Середні століття вони спалили б мене, в наші дні задовольняються спалюванням моїх книжок» (Jones, 1957).

Останні роки життя Фрейда були важкі. З 1923 року він був хворий, страждаючи від раку в області рота і щелеп. Він відчував майже безперервну біль і переніс в цілому 33 операції, щоб зупинити перебіг хвороби. Коли в 1938 році німці захопили Австрію і загроза нависла над життям його дочки Анни, Фрейд виїхав до Лондона. Він помер там рік потому.

**Основні поняття.** В основі роздумів Фрейда лежить припущення того, що тіло людини є єдиним джерелом всієї психічної енергії. Він припустив, що душевне життя людини характеризується безперервністю і що всяка

думка і всяке поведження мають значення. Існує привід, навіть численні приводи, для кожної думки, почуття, спогади чи дії. Будь-яке явище викликається свідомими і несвідомими намірами і визначається подіями, які йому передували.

Фрейд описував психічну організацію як би розділену на три компоненти: **свідоме, несвідоме і передсвідоме.**



**Рис. 1.** Зв'язок структурної моделі з рівнями свідомості.

**Свідоме.** Свідоме є лише невеликою частиною психічної організації; воно включає в себе тільки те, що ми усвідомлюємо в даний момент часу.

**Несвідоме.** У внутрішніх межах несвідомого перебувають інстинктивні елементи, які ніколи не усвідомлені і ніколи не доступні свідомості. Крім того, існує матеріал, який відділений - підданий цензурі і витіснений - з області свідомості. Цей матеріал не забутий і не втрачений, але він ніколи не згадується. Думка або спогад, тим не менш, впливають на свідомість, але непрямым чином.

**Передсвідоме** - це частина несвідомого, яка легко може стати свідомою. Ті ділянки пам'яті, які доступні, є частиною передсвідомого. До цієї області можна віднести, наприклад, згадування все, що людина робила вчора, імена, вуличні адреси, улюблена їжа, запахи багаття з опалого листя і так далі.

**Потяг.** Потяг іноді неправильно переводиться в деяких посібниках як "інстинкт". Потяги, або спонування, змушують діяти в напрямку певних цілей без участі свідомих роздумів. Фрейд позначив фізичні аспекти потягів як потреби і психічні аспекти потягів як бажання. Ці потреби та бажання спонукають людей робити вчинки.

Всі потяги мають **чотири складові елементи**: джерело, мета, стимул і об'єкт. *Джерелом*, тобто місцем, де відбувається виникнення потреби, може

бути якась частина або тіло людини в цілому. *Мета* повинна послаблювати потребу до такої міри, що відпадає необхідність у дії; це дає організму задоволення його актуальних бажань. *Стимул* - це кількість енергії, сила або тиск, який використовується для задоволення потягу. *Об'єкт* потягу - це будь-яка річ або дія, що дозволяє задовольнити вихідне бажання.

Фрейд припустив, що нормальна, розсудлива модель поведінки полягає в прагненні зменшити стан напруги до прийняттого рівня. Людина, у якої є наявності якась потреба буде продовжувати займатися пошуками шляхів, які зможуть послабити первісний стан напруги.

Фрейд розкрив **два види основних потягів**. Його рання модель описувала дві протилежні сили: **сексуальну - лібідо** (у більш широкому сенсі еротичну або та що доставляє фізичне задоволення) і **агресивну, або деструктивну**. Пізніше він описав ці сили більш масштабно: одну в якості сили, що підтримує життя, іншу в якості сили, потураючи смерті (і руйнації).

**Структура особистості.** Фрейд запропонував виділити в структурі особистості три основні компоненти психічної організації: **ід (Id)**, **его (Ego)** і **суперего (Superego)**. Id просто означає "воно", Ego означає "я" і Superego означає "над-я".

**Ід** - вихідна суть для решти проявів особистості. Воно є біологічним за своєю природою і містить в собі джерело енергії для всіх інстанцій в структурі особистості, ід саме по собі примітивне і неорганізоване. Ід не змінюється під впливом життєвого досвіду, так як воно не знаходиться в контакті з зовнішнім світом. Його завдання полягає в ослабленні стану напруги, посилення задоволення і доведенні до мінімуму станів дискомфорту. Зміст ід майже повністю несвідомо. Воно включає в себе примітивні думки, які ніколи не усвідомлюються, і думки, які свідомість відкидає і обґрунтовує для себе як неприйнятні. Згідно Фрейду, переживання, які відкидаються або придушуються, все ж мають здатність впливати на поведінку людини з неослабною інтенсивністю і без участі будь-якого контролю свідомості.

**Его** - структурний компонент психіки, який знаходиться в контакті з реальністю зовнішнього світу. Воно розвивається з ід в міру того, як дитина починає усвідомлювати свою власну індивідуальність, задовольняти вимоги ід. Його завдання полягає в забезпеченні життєздатності особистості, безпеки і здорової психіки. Його основні властивості включають контроль над довільними рухами і ту сторону діяльності, яка спрямована на самозбереження. Діяльність его полягає в регулюванні рівня напруги, створюваного внутрішніми або зовнішніми подразниками. Збільшення напруги відчувається як стан дискомфорту, тоді як зменшення напруги - як стан задоволення. Тому его прагне до задоволення і шукає шляхи, щоб уникнути і применшити страждання. Таким чином, его спочатку створено ід в спробі впоратися зі стресом.

**Суперего.** Останній компонент структури особистості утворюється не з ід, а з его. Суперего служить суддею або цензором вчинків і думок его. Це

сховище моральних норм, стандартів поведінки і тих утворень, які формують заборони для особистості. Фрейд описав *три функції суперего*: совість, самоспостереження і формування ідеалів. В якості совісті супер-его виконує роль щодо обмеження, заборони або осуду діяльності свідомості, а також несвідомих дій. Несвідомі обмеження - це не прямі обмеження, а проявляються у вигляді примусів або заборон. Суперего розробляє, розвиває і затверджує моральні норми особистості. "Суперего дитини насправді базується не на образах батьків, а на їх суперего.

*Взаємозв'язок між трьома подструктурами.* Вища мета психічної діяльності полягає в тому, щоб підтримувати той прийнятний рівень динамічної рівноваги, який гранично збільшує задоволення в результаті зменшення напруги; використовувана енергія створюється ід, яке має примітивну, інстинктивну природу. Его, яке розвивається з ід, існує, щоб розглядати реалістично основні спонукання, які виходять від ід. Воно також виступає посередником між силами, які впливають на ід, суперего і вимогами реальності зовнішнього світу. Суперего, розвиваючись на основі его, виконує роль морального гальма або контрсили по відношенню до практичної діяльності его. Воно виставляє ряд установок, які визначають і обмежують гнучкість его.

Ід повністю несвідомо, тоді як его і суперего тільки частково такі. **Головне завдання психоаналізу**, висловлюючись цією мовою, полягає в тому, щоб *посилити его, зробити його незалежним від надмірно суворого ставлення з боку суперего і підвищити його здатність до розгляду матеріалу, раніше витісненого або прихованого в ід.*

**Психосексуальні фази розвитку.** У міру того як немовля стає дитиною, дитина підлітком, а підліток дорослою людиною, відбуваються характерні зміни в тому, що є предметом бажання і як ці бажання задовольняються. Ці змінюють один одного способи отримання задоволення і фізичні аспекти задоволення являють собою основні елементи в описаних Фрейдом фазах розвитку. Фрейд використовував термін фіксація для опису того, що має місце в тому випадку, коли людина не розвивається нормально від фази до фази, а залишається на якійсь певній фазі розвитку. Людина, фіксована на певній фазі, має тенденцію шукати задоволення своїх потреб більш простими способами, швидше як дитина, ніж як доросла людина при нормальному розвитку.

**Оральна фаза.** Оральна фаза починається з моменту народження, коли і потреби, і їх задоволення передбачають участь губ, язика і, трохи пізніше, зубів. Основний стимул немовляти не соціальний і не міжособистісний: просто отримати їжу і послабити стан напруги від голоду і спраги. Під час годування дитини також заспокоюють, притискають до себе і заколисують. Дитина асоціює як задоволення, так і ослаблення напруги з процесом годування.

Рот - це перша зона тіла, яку дитина може контролювати, велика частина лібідозної енергії спрямована туди або сфокусована на цій зоні. У

міру дозрівання дитини розвиваються інші частини тіла. Однак деяка кількість енергії залишається прикріпленою або "зарядженою" по відношенню до способів орального задоволення. У дорослому стані існує безліч вдосконалених звичок і зберігається інтерес до підтримки оральних задовольень. Поглинання їжі, смоктання, жування, куріння, кусання, облизування або чмокання губами є фізичними виразами цих інтересів. Ті, хто постійно гризе щось, курці й ті, хто часто переїдає, можуть бути частково фіксованими на оральній фазі; це люди, чиє психологічне дозрівання, можливо, не завершено.

**Анальна фаза.** У міру того як дитина росте, в усвідомлення вносяться нові зони напруги та задоволення. У віці між двома і чотирма роками дитина в основному вчиться керувати анальним сфінктером і сечовим міхуром. Дитина приділяє особливу увагу сечовипусканню і дефекації. Підвищення фізіологічного контролю асоціюється з усвідомленням, що такий контроль є новим джерелом задоволення. Крім того, діти швидко вчаться тому, що зростаючий контроль приносить їм увагу і похвали з боку батьків. Невдача при навчанні туалетним навичкам, що викликає щире засмучення батьків, дозволяє дитині вимагати уваги як у випадку успішного контролю, так і у разі помилки. Характерні риси дорослої людини, пов'язані з частковою фіксацією на анальній фазі, - це акуратність, ощадливість і завзятість. Фрейд помітив, що ці три риси характеру зазвичай бувають закладені одночасно. Він згадує поєднання "анальний характер", при якому манери поведінки тісно пов'язані з важкими переживаннями, випробуваними під час цього періоду в дитинстві.

**Фалічна стадія.** Починаючи з трирічного віку дитина переходить у фалічну фазу розвитку, яка сфокусована на геніталіях. Фрейд стверджував, що ця фаза характеризується як фалічна, так як в цей період дитина починає усвідомлювати, є у нього пеніс чи ні. Це перша фаза, в якій діти починають розуміти відмінності статей. Фрейд намагався зрозуміти напружені стану дитячих переживань під час сексуального збудження, тобто задоволення від стимуляції в області геніталій. Це збудження, в дитячому розумінні, пов'язано з близьким до фізичної присутності батьків. Фрейд побачив, що діти в фалічній фазі розвитку реагують на своїх батьків як на потенційну загрозу для здійснення їхніх потреб. Таким чином, для хлопчика, який хоче бути близьким до своєї матері, батько набуває деякі риси суперника. У той же самий час хлопчики хочуть любові і прихильності з боку батька, через що матір виглядає як суперниця. Дитина в такій ситуації перебуває в суперечливому стані бажання і боязні обох батьків.

Для хлопчиків Фрейд назвав цей конфлікт **едипів комплекс** на честь героя трагедії давньогрецького драматурга Софокла. Для дівчаток існує аналогічна проблема, але її вираз і рішення приймають інші форми. Дівчинка хоче володіти своїм батьком і бачить у матері головну суперницю. Хлопчики придушують свої почуття частково із за страху кастрації. У дівчаток це виглядає по-іншому. Придушення їх бажань переживається менш важко і не



в такій повній мірі. Відсутність напруженості дозволяє дівчинці "залишатися в едіпової ситуації в перебігу невизначеного періоду часу. Вона лише відкладає її на більш пізній період свого життя, залишаючи її невирішеною".

**Латентний період.** Ця фаза, що триває з 5 або 6 років і до початку підліткового віку, названа латентним періодом. Це час, коли не дозволені сексуальні бажання фалічної фази не розглядаються його, а успішно придушуються суперего.

**Генітальна фаза.** Заключний етап біологічного та психологічного розвитку, він має місце з настанням статевої зрілості і є результатом повернення лібідозної енергії до сексуальних органів. Тепер хлопчики і дівчатка змушені усвідомити свої сексуальні відмінності і починають шукати шляхи задоволення своїх еротичних і міжособистісних запитів. Фрейд вважав, що гомосексуалізм на цій стадії є результат відсутності адекватного розвитку і що гетеросексуальність є властивістю здорової особистості.

**Психоаналіз: теорія.** Психоаналіз - це назва 1) методики дослідження душевних процесів, які не піддаються дослідженню іншими способами, 2) методу для лікування невротичних розладів і 3) системи психологічних знань, отриманих за цими напрямками, які поступово акумулюються в нову наукову дисципліну.

Фрейд вважав, що зміст несвідомого залишається несвідомим тільки при значній і постійній витраті енергії лібідо. Коли цей зміст стає доступним, звільняється енергія, яка може використовуватися його для більш корисних устремлінь особистості. Звільнення заблокованого вмісту може звести до мінімуму саморуйнівні тенденції.

**Сновидіння і діяльність сновидіння.** У роботі "Тлумачення сновидінь" (1890) Фрейд описав, яким чином сновидіння допомагають психіці захищати себе і досягати почуття задоволення. Різного роду перешкоди і бажання наповнюють повсякденне життя людини. Сновидіння досягають свого роду рівноваги, як у фізичному, так і в психологічному плані, між інстинктивними спонуканнями і обмеженнями, які ставить реальне життя. **Сновидіння** - це спосіб вивільнення нездійснених бажань людини за допомогою його свідомості без пробудження фізичного тіла.

Майже кожне сновидіння може бути зрозуміле як здійснене бажання. **Сновидіння** - це альтернативний шлях для задоволення вимогам несвідомого. У контексті психоаналізу терапевт допомагає пацієнтові в тлумаченні сновидінь, щоб сприяти розкриттю у нього несвідомих мотивацій.

**Природа тривоги.** Головна проблема для психіки полягає в тому, як впоратися зі станом тривоги. Тривога може розвинути в будь-якій ситуації (реальної чи уявної), коли фізична або психічна загроза занадто велика, щоб її проігнорувати, впоратися з нею або уникнути. Потенційні події, які викликають стан тривоги, можуть включати в себе, але не обмежуватися наступними:

1. Втрата бажаного об'єкта - наприклад, дитина втратила батька чи матір, близького друга або улюблену тварину.

2. Втрата любові - наприклад, у разі відмови або нездатності повернути любов або розташування з боку того, хто має для вас значення.

3. Втрата особистої індивідуальності, страх кастрації, втрати власного обличчя або страх публічного висміювання.

4. Втрата любові до себе - наприклад, суперого засуджує риси характеру чи особливості власної особистості, а також вчинки, що призводить до почуття провини або почуттю ненависті до себе.

Існують **два основних способи ослаблення стану тривоги**. *Перший* полягає в тому, щоб безпосередньо розглянути ситуацію. Ми долаємо перешкоди, або стикаємося з неприємностями лицем до лица, або уникаємо їх, тим самим дозволяючи свої проблеми, або ж вступаємо з ними в угоду для того, щоб звести до мінімуму їх вплив. *Альтернативний* спосіб захисту від стану тривоги здійснюється за допомогою спотворення чи заперечення самої реальної ситуації. Способи, за допомогою яких здійснюються спотворення, названі захисними механізмами. Вони повністю описані Анною Фрейд (1936) і трактуються як невід'ємні частини основних понять психоаналізу.

Ідеї Фрейда продовжують впливати на психологію, літературу, мистецтво, антропологію, соціологію та медицину. Багато з його поглядів, такі, як важливість сновидінь і енергія несвідомих процесів, є загальновизнаними. Інші аспекти його теорії, наприклад взаємовідносини між его, ід і суперого або роль едіпового комплексу в юнацькому розвитку, широко дискутуються. Проте деякі його роботи, включаючи аналіз жіночої сексуальності і теорію про походження цивілізації, так само широко критикуються.

### **Основні висновки з теорії З.Фрейда:**

1. Тіло є першоосновою свідомості в цілому.

2. Свідоме - це лише невелика частина психіки. Несвідоме і передсвідоме являють собою інші компоненти свідомості, менш розкриті і вивчені.

3. Описуються два основних види потягів: сексуальні (підтримують життя) і агресивні (потурають смерті).

4. Структура особистості складається з ід (воно), его (я) і суперого (над-я). Вище завдання психіки полягає в підтримці прийнятного рівня динамічної рівноваги, який гранично збільшує задоволення, сприймається як зниження напруги. Головне завдання психоаналізу полягає в тому, щоб посилити его, зробити його незалежним від надмірно вимогливої уваги з боку суперого і збільшити його здатність до розгляду раніше витісненого або прихованого змісту.

5. Фрейд запропонував опис психосексуальних фаз розвитку. Способи задоволення бажань і фізичні зони задоволення змінюються в кожній фазі. Індивід послідовно проходить через оральну, анальну і фалічну фази розвитку. Проблеми, пов'язані з Едіповим комплексом, мають місце під час

фалічної фази. Фіксація відбувається тоді, коли людина надмірно "застряє" на якійсь певній фазі.

6. Сновидіння використовуються в психоаналізі як допоміжний засіб для розкриття несвідомого змісту. Сновидіння не випадкові і не безладні, вони розглядаються як один із способів задоволення нездійснених бажань. Стан тривоги є головною психологічною проблемою душевного життя людини. Якщо не існує прямої загрози для тіла або для психіки, то вступають в дію механізми захисту. Витрата енергії, необхідної для підтримки ефективного захисту, обмежує гнучкість і силу его.

7. Досвід раннього дитинства значно впливає на характер взаємин, що складаються в підлітковому періоді, в молодості та зрілості. Відносини, які мають місце в рідній сім'ї між батьками і дітьми, є визначальними протягом усього подальшого життя людини.

8. Мета психотерапії полягає в тому, щоб допомогти встановити найкращий з можливих рівнів функціонування его. Роль психотерапевта полягає у відродженні в пам'яті, повернення до усвідомлення і реінтегруванню несвідомих змістів таким чином, щоб життя пацієнта могло приносити йому більше задоволення.

<b>Весь Фройд одним поглядом</b>					
Структура	Процес	Розвиток	Патологія	Зміни	Конкретний випадок
Воно, Я, Над-Я, несвідоме, передсвідоме, свідоме	Сексуальні і та агресивні інстинкти, тривога, захисні механізми	Ерогенні зони, оральна, анальна, фалічна стадії розвитку; Едипов комплекс	Дитяча сексуальність, фіксація і регресія, конфлікт, симптоми	Перенос, вирішення конфлікту, «Де було Воно, там буде Я»	Маленький Ганс

### **Питання для підготовки до семінарських занять.**

1. Уявлення про особистість в теорії З. Фрейда.
2. Уявлення про мотиваційні сили особистості в психоаналітичній теорії
3. Уявлення про структуру психіки.
4. Розвиток особистості. Психосексуальні фази розвитку.
5. Уявлення про психічне здоров'я.
6. Причини психопатології.
7. Зміна особистості за допомогою психотерапії.

### **Теорія особистості Карла Густава Юнга. Аналітична психологія**

## Юнга.

### План лекції:

1. Структура особистості.
2. Теорія типів особистості.
3. Розвиток особистості: індивідуація.

**1. Основні поняття.** Юнгом була сформульована теорія особистого і колективного несвідомого. **Особисте несвідоме** складається із забутих спогадів, пригніченого досвіду і сублімованих сприймань. Така концепція схожа фрейдівському поняттю несвідомого.

Зміст **колективного несвідомого**, відомого також як безособове або трансперсональне несвідоме, є універсальним і не має коренів в нашому особистому досвіді. Ця концепція є, ймовірно, найбільшим відступом Юнга від Фрейда і його найбільш значним внеском у психологію.

**Особисте несвідоме.** Матеріалом для формування особистого несвідомого стає минуле індивіда. Це формулювання аналогічне фрейдівському поняттю несвідомого. Особисте несвідоме складається з болючих і пригнічених спогадів, а також незначних спогадів, які просочилися в галузі свідомості. Особисте несвідоме містить у собі частину особистості, які ніколи не доходять до свідомості.

**Колективне несвідоме.** Колективне несвідоме - це саме сміливе і саме спірне поняття із запропонованих Юнгом. Юнг ідентифікує колективне, або трансперсональне, несвідоме з ядром усього психічного матеріалу, який не проходить через особистий досвід. Юнг постулює, що психіка дитини вже зберігає структуру і канали всього подальшого розвитку, способи взаємодії з середовищем. Ця базова структура є, по суті, однаковою у всіх дітей. Хоча ми розвиваємося по-різному і стаємо унікальними індивідами, колективне несвідоме є загальним для всіх людей і, отже, єдино.

Згідно з Юнгом, ми народжені з психологічною спадщиною, так само як з біологічною. Обидві є важливими детермінантами поведінки і досвіду.

**Архетипи** - це успадковані схильності відповідати світу певними способами. Вони є початковими образами, спогадами про інстинктивні енергії колективного несвідомого.

Юнг постулював ідею архетипу, вивчивши розповіді своїх пацієнтів. Ряд пацієнтів Юнга описували сни і фантазії, що включали дивовижні ідеї та образи, зміст яких не міг бути простеженим з минулого досвіду індивіда. Юнг припустив, що в колективному несвідомому є рівень образності. Юнг також відкрив тісний зв'язок між змістом снів пацієнтів і міфічними і релігійними темами, знайденими ним у різних культурах.

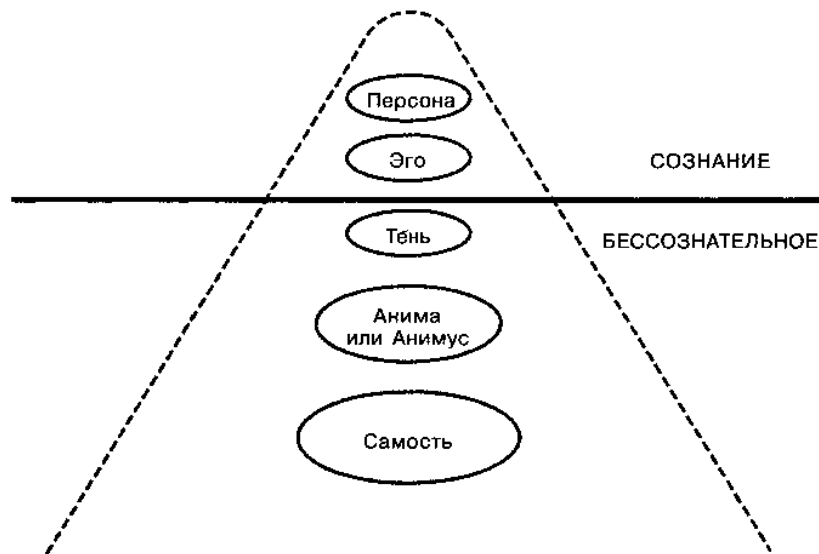
Згідно з Юнгом, архетипи є структурно-формуючими елементами всередині несвідомого. З цих елементів виростають архетипічні образи, які домінують і в існуванні особистих фантазій, і в міфологіях всієї культури. **Архетипічні фігури** включають божественну дитину, двійника, старого

мудреця і передвічну мати.

З кожним архетипом може бути пов'язане широке розмаїття символів. Наприклад, архетип матері містить в собі не тільки реальну матір кожної людини, але також всі материнські фігури і фігури вихованців. Ця група архетипу включає жінок взагалі, містичні образи жінок, такі, як Венера або Дівоча Мати і Мати Природа, що підтримують і виховують символи, такі, як церква і рай. Архетип матері містить в собі і позитивні і негативні риси, такі, як загрозна, домінуюча або душуюча мати. У середні віки, наприклад, цей аспект архетипу викристалізувався в образ відьми.

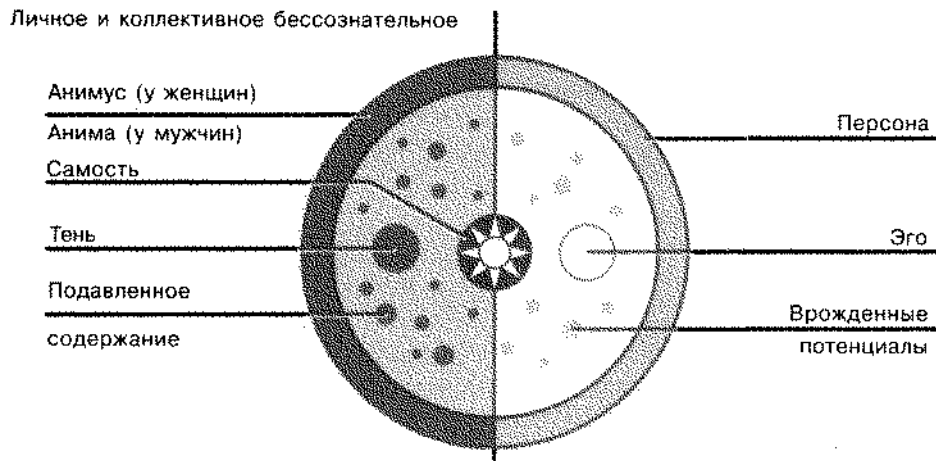
Его є центром свідомості і одним з головних архетипів особистості. Его забезпечує почуття сталості та напрямки нашого свідомого життя. Воно опирається порушенню тендітної цілісності свідомості і намагається переконати нас, що ми повинні завжди свідомо планувати і аналізувати наш досвід.

Згідно з Юнгом, психіка в першу чергу складається з несвідомого. Юнг, як і Фрейд, вважав, що Его виростає з несвідомого і привносить і різноманітний досвід і спогади, продовжуючи поділ між несвідомим і свідомістю. В Его немає несвідомих елементів, тільки свідомість містить в собі виведене з особистого досвіду. Ми звикли вірити, що Его є основним елементом психіки, і врешті-решт ігноруємо іншу половину психіки - несвідоме.



**Рис. 2. Структура особистості.** На малюнку зображений порядок, в якому головні архетипи зазвичай з'являються в юнґіанській психології.

**Персона.** Наша персона є зовнішнім проявом того, що ми пред'являємо світу. Це характер, який ми вважаємо прийнятним; через нього ми взаємодіємо з іншими. Особистість включає в себе наші соціальні ролі, одяг, який ми носимо, і наші індивідуальні способи виражати себе. Термін персона прийшов з латини, що означає "маска" або "фальшиве обличчя". Маска надягалася акторами в Стародавньому Римі. Щоб соціально функціонувати, ми граємо роль, використовуючи прийоми, властиві саме цій ролі.



**Рис. 3. Загальна схема психіки. З «Я і Ні-Я»**

«Его завжди хоче все пояснити і затвердити своє власне існування» (Jung, 1973, p. 427).

У той час як Его ідентифікується з персоною, люди починають вірити, що вони є тим, чим претендують бути. Персона може бути виражена через об'єкти, які ми використовуємо, щоб закрити своє тіло (одяг або покривало), і через інструменти нашого заняття (лопата або портфель).

**Тінь** - це архетипна форма, що складається з матеріалу, пригніченого свідомістю; її зміст включає ті тенденції, бажання, спогади і досліди, які відсікаються людиною як несумісні з персоною і суперечать соціальним стандартам і ідеалам. Тінь містить в собі всі негативні тенденції, які людина хоче відкинути, включаючи тваринні інстинкти, а також нерозвинені позитивні та негативні риси.

Чим сильніше стає наша персона, тим більше ми ідентифікуємо з нею і тим більше відкидаємо інші частини самих себе. У снах фігура тіні може з'явитися як тварина, карлик, бродяга або будь-яка інша підпорядкована фігура.

**Аніма і анімус.** Юнг вважав очевидним, що складовою частиною персони є якась несвідома структура, і назвав її анімою у чоловіка і анімусом у жінок. Ця основна психічна структура служить осередком всього психологічного матеріалу, який не погоджується з тим, як саме людина усвідомлює себе чоловіком або жінкою.

Для жінки процес психологічного розвитку тягне за собою початок діалогу між її Его і анімусом. Анімус може патологічно домінувати завдяки ідентифікації з архетипними образами (наприклад, зачарованого принца, романтичного поета, примарного коханця або мародерства пірата) та/або через надзвичайно сильної прихильності до батька.

Анімус розглядається Юнгом як окрема особистість. Коли анімус і його вплив на людину усвідомлені, анімус бере на себе роль сполучної ланки між свідомістю та несвідомим, поки останнє поступово НЕ інтегрується в самість. Юнг розглядає риси цього союзу протилежностей (в даному випадку, чоловічого і жіночого початків) як головну детермінанту виконання особистістю жіночої ролі. Подібний же процес відбувається між анімою і

маскулінних Его у чоловіка. Поки наша аніма або анімус неусвідомлені, не прийняті як частина нашої самості, ми будемо прагнути проектувати їх на людей протилежної статі:

**Самість** - найбільш важливий і важкий для розуміння архетип. Юнг назвав самість головним архетипом, архетипом психологічного ладу і цілісності особистості. Самість - архетип центрованості. Ця єдність свідомості і несвідомого, яке втілює гармонію і баланс різних протилежних елементів психіки. Самість визначає функціонування цілісної психіки методом інтеграції. Юнг відкрив архетип самості тільки після своїх досліджень інших структур особистості.

Самість зображується у снах і образах або безособово (як коло, мандала, кристал, камінь), або персоніфіковано (як королівське подружжя, божественна дитина або інші символи божественності). Великі духовні вчителі, такі, як Христос, Магомет і Будда, є також і символами самості. Це символи цілісності, єдності, примирення протилежностей і динамічної рівноваги - цілей процесу індивідуації.

**Сни.** За Юнгом, сни відіграють важливу додаткову (або компенсаторну) роль в психіці. "Загальна функція снів, - писав Юнг, - спробувати відновити наш психологічний баланс продукуванням матеріалу сну, який відновлює важковловимий спосіб загальної психічної рівноваги".

**2. Теорія типів особистості.** Серед усіх понять, запропонованих Юнгом, інтроверсія і екстраверсія, ймовірно, одержали саме широке поширення.

**Інтроверсія.** Виражений атитюд особистості, яка орієнтована в першу чергу на свій внутрішній світ, якій комфортніше у світі почуттів і думок, ніж у взаємодії з навколишнім середовищем.

**Екстраверсія.** Виражений атитюд особистості, орієнтованої, в першу чергу, зовні, якій простіше зі світом інших людей і об'єктів.

Немає чистих інтровертів або чистих екстравертів. Юнг порівнював ці два способи поведінки з серцебиттям: є ритмічне чергування між циклами скорочення (інтроверсія) і циклами розширення (екстраверсія). Проте кожен індивід має один або інший атитюд і частіше діє в ключі бажаного атитюда.

Ці ж якості визначають баланс між свідомістю та несвідомим: у разі екстраверта ви виявите, що його несвідоме має інтровертні риси, тому що всі екстравертні проявлені в його свідомості, а інтровертні залишені в несвідомому. Інтроверти цікавляться в основному своїми думками і почуттями і, перебуваючи у своєму внутрішньому світі, можуть втратити зіткнення зі світом зовнішнім. Типовий приклад - розсіяний професор.

**Функції: мислення, почуття, відчуття, інтуїція.** Одним з найбільших вкладів Юнга в психологію є його **теорія типів**. Юнг виявив, що різні люди думають, відчувають, отримують досвід спілкування зі світом фундаментально різними способами. Його теорія типів стала потужним інструментом, що допомагає нам зрозуміти, як живуть інші.

Юнг ідентифікував **чотири фундаментальні психологічні функції: мислення, почуття, відчуття, інтуїцію**. Будь-яка з них існує в

інтровертивній або екстравертивній формі. У кожної людини одна з функцій є більш усвідомленою, розвиненою і домінуючою. Юнг назвав цю функцію переважаючою і вважав, що вона діє з домінантного атитюда (екстраверсії або інтроверсії), а одна з трьох, що залишилися функцій йде глибоко в несвідоме і менш розвинена.

*Мислення і почуття є альтернативними способами формування думки*, прийняття рішень і розвитку різних відносин. *Мислення* пов'язане з об'єктивною реальністю, з поглядами і об'єктивним аналізом. Мислення задає питання: "Що це значить?". Для нього дуже цінні зміст і загальні принципи. Розумові типи (ті індивіди, у кому домінує розумова функція) - прекрасні укладачі планів; вони прагнуть слідувати своїм планам і абстрактним теоріям навіть тоді, коли ті спростовуються новими доказами.

*Почуття* фокусуються на цінності. Вона може включати в себе погляди на те, що добре і що погано, що вірно і що невірно, протиставлювані бажанням мислення діяти згідно логічним критеріям. Почуття ставить запитання: "Наскільки це цінно?".

Юнг класифікував *відчуття і інтуїцію*, об'єднавши їх як **способи збору інформації**, на відміну від способів прийняття рішень. *Відчуття* спираються на безпосередній чуттєвий досвід, сприйняття деталей і конкретних фактів: зором, дотиком, нюхом. Реальний, безпосередній досвід даний перш за все для його обговорення або аналізу. Відчуття задає питання: "Що саме я сприймаю?" Відчуваючий тип має тенденцію реагувати на безпосередню ситуацію, він ефективний і продуктивний при будь-яких кризах і крайнощах. Він працює з інструментами і матеріалами краще, ніж це робить будь-який інший тип. *Інтуїція* є способом осягнення сенсорної інформації в термінах можливостей, минулого досвіду, майбутніх цілей і несвідомих процесів. Інтуїція задає питання: "Що могло б статися?". Використання досвіду більш важливо для інтуїтивіст, ніж актуальний досвід сам по собі. Люди з сильною інтуїцією продукують смисли так швидко, що часто не можуть відокремити власні інтерпретації від необроблених сенсорних даних. Інтуїтивісти швидко інтегрують нову інформацію, автоматично пов'язуючи з безпосереднім минулим досвідом і справами, які стосуються даних подій. Так як сюди часто включається несвідомий матеріал, інтуїтивному мисленню властиві і осяяння, і обмеження.

Для індивіда комбінація всіх чотирьох функцій виражається в чітко сформованому підході до світу: щоб зорієнтуватися, ми повинні мати функцію, яка засвідчує, що щось знаходиться тут (сприйняття); другу функцію, яка встановлює, що саме є (мислення); третю, яка встановлює, підходить це нам чи ні, хочемо ми прийняти це чи ні (почуття); і четверту функцію, яка вказує, звідки це прийшло і в якому напрямку буде розвиватися (інтуїція).

4. **Психологічне зростання: індивідуалізація.** Згідно з Юнгом, у кожної людини є тенденція до індивідуалізації або саморозвитку. Юнг вважав, що психіка має вроджене прагнення до цілісності. Ця ідея подібна поняттю



самореалізації А. Маслоу, але базується на більш складній теорії психіки, ніж концепція останнього: "Індивідуація означає становлення єдиного. Ми могли б інтерпретувати індивідуацію як" шлях до особистості "або" самореалізацію". **Індивідуація** - процес досягнення цілісності і, таким чином прагнення до більшої свободи. Процес включає розвиток динамічного зв'язку між Его і самістю з інтеграцією різних частин психіки: Его, персони, тіні, аніме і анімуса та інших архетипів несвідомого. Коли люди стають більш інтегрованими, вони починають висловлювати ці архетипи більш тонкими і складними способами. Індивідуація є розвитком самості, а з точки зору самості, метою є єдність свідомості і несвідомого.

### **Питання для підготовки до семінарських занять:**

1. Особистість в аналітичній психології К.-Г. Юнга:
  - 1.1. Основні поняття: особисте несвідоме, колективне несвідоме, архетипи.
  - 1.2. Структура особистості.
  - 1.3. Теорія типів особистості (інтроверсія, екстроверсія, функції: мислення, почуття, відчуття, інтуїція).
  - 1.4. Психологічне зростання: індивідуація.

### **Індивідуальна психологія Альфреда Адлера.**

#### **План лекції.**

1. Основні поняття.
2. Основні принципи теорії А. Адлера.
- 3 Психологічний зростання.

**1. Основні поняття.** Одним з найбільших вкладів Адлера в психологічну науку був його постулат про комплекс неповноцінності і нашої потреби компенсувати дане почуття неповноцінності. В системі Адлера процес боротьби за перевагу з'явився серйозним переосмисленням ніцшеанської концепції волі до влади. Концепції життєвих цілей, життєвого стилю і творчої енергії особистості - найважливіший внесок холізму в психологію. Виділення Адлером соціальних інтересів, співпраці і ставлення суспільства до відмінності говорить про те, що його теорія залишається в рамках соціальних наук.

**Неповноцінність і компенсація.** У своїй монографії про органічну неповноцінність, що вийшла в 1907 році, Адлер зробив спробу пояснити, чому хвороби по-різному впливають на різних людей. У той час Адлер писав як лікар, займаючись переважно фізіологічними процесами. Він висловив припущення, що у кожного індивідуума існують певні слабкі місця - органи, особливо схильні до хвороб. Адлер також зазначав, що органічна слабкість може бути подолана за допомогою старанного тренування і вправ. Фактично слабкий орган можна розвинути до такої міри, що він стане найголовнішою силою людини.

Адлер розширив своє дослідження органічної неповноцінності до вивчення психологічного почуття неповноцінності. Він запропонував термін **комплекс неповноцінності**. Згідно Адлеру, на дітей глибоко впливає відчуття власної неповноцінності, яке є неминучим наслідком малих розмірів дитини і відсутності у неї влади. Дитячі враження самого Адлера привели його до необхідності виділити цю думку:

- життєвий досвід дитини змушує її відчувати свою слабкість, неспроможність і фрустрацію. Діти відносно малі і безпорадні в дорослому світі. \
- для дитини контролювати власну поведінку і вирватися на свободу з-під влади дорослих - найважливіше завдання. З цієї точки зору сила виглядає як перше добро, а слабкість - як перше зло.
- боротьба за досягнення влади - це рання дитяча компенсація почуття неповноцінності. Для Адлера практично весь прогрес є результат наших старань компенсувати почуття неповноцінності. Це почуття підштовхує нас до більш значних досягнень.

**Агресія і боротьба за перевагу.** У своїх ранніх роботах Адлер підкреслював важливість агресії і прагнення до влади. Однак він ототожнював агресію ні з ворожістю, а скоріше з ініціативністю і здатністю долати перешкоди, наприклад, як в агресивній тактиці продажів. Адлер стверджував, що агресивні тенденції в людині є вирішальними в індивідуальному та видовому виживанні. Агресія може проявляти себе як воля до влади - фраза Ніцше, якою Адлер скористався. Адлер зазначав, що і чоловіки, і жінки для задоволення прагнення до влади часто використовують сексуальність.

Пізніше, розвиваючи свою теорію, Адлер розглядав агресію і волю до влади як прояви більш загального мотиву - **цілі досягти переваги або досконалості**, тобто прагнення поліпшити себе, розвинути свої здібності та можливості. Адлер вважав, що всі здорові індивідууми керуються прагненням до вдосконалення, до постійного поліпшення: "Прагнення до вдосконалення є вродженим в тому сенсі, що воно - частина життя, спонукаюча сила, щось, без чого життя було б немислима" (1956).

Прагнення до переваги може приймати як позитивний, так і негативний напрям. Якщо це прагнення пов'язано з соціальним інтересом і турботою про благополуччя оточуючих, воно розвивається в конструктивному і здоровому напрямку. Особистість, ведена такою метою, намагається рости, розвивати свої навички та можливості, прагне до конструктивного способу життя. Однак деякі люди шукають особистої переваги, намагаючись відчувати її, підпорядковуючи собі інших, замість того щоб ставати більш корисними для оточуючих. Для Адлера прагнення до особистого вищості є невротичний симптом, результат сильного почуття неповноцінності і відсутності соціального інтересу. Особистісна перевага зазвичай не приносить визнання і особистого задоволення, якого шукає людина.

**Життєві цілі.** За Адлером, мета підкорення навколишнього середовища

- занадто широке поняття, щоб за його допомогою логічно пояснити, як люди вибирають свою лінію в життя. Тому Адлер висунув ідею, згідно з якою особистість виробляє специфічну життєву мету, використовуючи її в якості орієнтира. На життєву мету людини впливають її особистий досвід, її цінності, схильності й особисті властивості. Життєва ціль не є ясна і усвідомлена мета. Життєві цілі - завжди щось нереалістичне (фікційний фіналізм), і вони можуть бути невротично перебільшені, якщо почуття неповноцінності занадто сильно. Для невротика зазвичай існує величезна прірва між свідомо поставленими цілями і саморуйнівними життєвими цілями, поставленими несвідомо.

**Стиль життя.** Адлер підкреслював необхідність аналізувати особистість як єдине ціле. Життєвий стиль - це унікальний спосіб досягнення своїх цілей, що обирається особистістю. Це комплекс засобів, що дозволяють пристосуватися до навколишньої дійсності. Згідно Адлеру, ключ до розуміння поведінки людини знаходиться в прихованих цілях, якими вона керується.

**Схема аперцепції.** Як частина життєвого стилю, особистість виробляє уявлення про себе і про світ. Адлер назвав ці уявлення схемою аперцепції. Аперцепція - *це психологічний термін, який відноситься до сприйняття, включаючи суб'єктивну інтерпретацію того, що ми отримуємо за допомогою почуттів.* Схема аперцепції має властивість посилювати сама себе. Наприклад, якщо ми боїмося, ми більш схильні помічати загрози в навколишньому світі і тим самим підсилюємо нашу споконвічну віру в те, що навколишній світ загрожує нам. Робота Адлера над схемою аперцепції є важливою передумовою когнітивної психології та когнітивної терапії.

**Творча енергія особистості.** Індивідуальна психологія як наука виникла із спроб зрозуміти цю таємничу творчу енергію життя, яка проявляється у бажанні розвиватися, намагатися, досягати ... Це телеологічна сила, вона виражається в прагненні до мети, і в цьому прагненні все тілесні та психологічні зусилля покликані діяти разом. Ядром адлерівської моделі людської природи є творчість - здатність формулювати (свідомо чи несвідомо) цілі і способи їх досягнення. Вона досягає найвищого розвитку у створенні життєвого плану, який організовує життя людини в послідовний життєвий стиль. За Адлером, формування життєвої мети, життєвого стилю і схеми аперцепції, по суті, є творчий акт. Творча сила індивідуума організовує і направляє його реакцію на навколишній світ. Адлер приписував особистості унікальність, самосвідомість і контроль над своєю долею - якості, яким, на його думку, Фрейд не приділяв належної уваги у своїй концепції людської природи.

**Соціальний інтерес.** Багато критиків спрощено сприймали думки Адлера щодо агресії і прагнення до влади, приписуючи їм занадто велике значення в його концепції. Центральним у пізнішій роботі Адлера є поняття соціального інтересу. Більш точним перекладом оригінального німецького терміну могло б служити поняття «громадські почуття». Під соціальним

інтересом Адлер розумів "почуття солідарності, пов'язаності людини з людиною ... розширене значення почуття товариства в людському суспільстві". Почуття спільності стосується участі, яку ми приймаємо в справах інших людей, не просто заради досягнення власних цілей, але з "інтересу до інтересів" інших. Соціальний інтерес включає в себе почуття спорідненості з усім людством і прихильності до життя в цілому.

## **2. Основні принципи теорії А. Адлера:**

1. Всі дії людини відбуваються в соціальному контексті. Не можна вивчати людей ізольовано.

2. Наголос робиться на міжособистісній психології. Найважливішим для індивідуума є розвиток у нього почуття включеності його в якесь більш велике соціальне ціле в якості невід'ємної частини.

3. Індивідуальна психологія дотримується холістичної, а не редукціоністської точки зору. Всі функції підпорядковані особистій меті і стилю життя.

4. У психології Адлера термін несвідоме - прикметник, а не іменник. Несвідомі процеси цілеспрямовані і служать цілям індивідуума, так само як і свідомі процеси.

5. Щоб зрозуміти людину, треба зрозуміти її або її стиль життя, або когнітивну організацію. Це лінза, через яку люди бачать себе і своє життя.

6. Хоча поведінка може змінюватися, стиль життя і довготривалі цілі індивідуума залишаються відносно постійними, поки не зміняться його основні переконання. Досягнення такої трансформації є одним з найважливіших завдань терапії.

7. Поведінка визначається не минулим, а спадковістю і оточенням. Люди проваджені цілями, обраними ними самими, які, на їх думку, принесуть їм щастя і успіх.

8. Головна рушійна сила особистості - прагнення до досконалості або до переваги. Це твердження можна порівняти з концепцією самореалізації К. Хорні або з самоактуалізацією А. Маслоу.

9. Людині наданий широкий вибір різних варіантів життя. Він або вона можуть вибрати здорові, суспільно корисні цілі або невротичні, марні для суспільства.

10. Психологія Адлера концентрується в першу чергу на процесі. Відносно невелика увага приділяється класифікації типів особистостей.

11. У будь-якому випадку сенс нашого життя визначається тим, як ми ставимося до неї. Здорова концепція життя включає в себе усвідомлення того, як важливо допомагати іншим людям і працювати на користь суспільства.

**3. Психологічне зростання.** Сутність психологічного зростання полягає насамперед у русі від егоцентричної мети досягти особистої переваги до позиції конструктивного впливу на навколишнє середовище і на розвиток суспільства. Конструктивне прагнення до переваги плюс сильний соціальний інтерес і кооперація - ось основні риси здорової особистості.

**Життєві завдання.** Адлер розглядав *три головні життєві завдання*, що стоять перед людиною: роботу, дружбу і любов. Ці завдання визначаються основними умовами людського існування: Ці три головних вузла визначені тим фактом, що ми живемо в одному конкретному місці всесвіту і повинні розвиватися в межах тих можливостей, які надають нам обставини; а також тим, що ми живемо серед інших подібних нам істот, пристосовуватися до яких нам доводиться вчитися, і ще тим, що ми розділені на дві статі і майбутнє нашої раси залежить від відносин цих двох статей. **Робота** включає в себе діяльність, корисну для суспільства, а не просто ті заняття, які приносять дохід. За Адлером, робота приносить почуття задоволення і самоповаги тільки тоді, коли вона корисна для інших. **Дружба** обумовлена нашої приналежністю до людської раси і необхідністю постійно пристосовуватися до інших істот нашого виду і взаємодіяти з ними. Дружні стосунки дозволяють обзавестися життєво важливими зв'язками, так як жоден індивідум не може бути прив'язаний до суспільства абстрактно. Дружні, спільні зусилля є важливим елементом конструктивної роботи. **Любов** розглядається Адлером в сенсі гетеросексуальної любові. Вона призводить до близької взаємодії на фізичному і ментальному рівні і породжує високий ступінь співробітництва між людьми протилежних статей. Любов виникає з інтимних відносин, які необхідні для продовження нашого роду. За Адлером, ці три компоненти (робота, дружба і любов) взаємопов'язані. Успіх в чомусь одному веде до успіху в інших. Фактично, всі три завдання є різними сторонами однієї проблеми - як жити конструктивно у навколишньому світі.

**Перешкоди зростанню.** Обговорюючи головні перешкоди для зростання і розвитку людини, Адлер насамперед відзначав три негативні обставини, пов'язані з дитинством: **органічну неповноцінність, розбещеність і занедбаність**. Він підкреслював, що всі неврози дорослих мають своє коріння в спробах подолати почуття неповноцінності, яке призводить до збільшення ізоляції і відчуження від навколишнього світу. Неврози і фактично всі інші психологічні проблеми виникають, коли ми намагаємося домогтися особистої переваги замість того, щоб прагнути до здорової конструктивної поведінки. В результаті органічної неповноцінності, розбещеності і занедбаності у дітей часто виникає спотворений погляд на світ, а це породжує життєвий стиль невдахи. І знову Адлер підкреслює, що це не реальний "досвід" дітей, а їх сприйняття і висновки, які вони витягують з свого досвіду і які визначають шлях, обирається ними в житті.

**Основні висновки.** Теорії Адлера з'явилися сильним поштовхом для розвитку гуманістичної психології, психотерапії та теорії особистості. Багато з його концепцій були сприйняті іншими школами. Виділення Адлером соціального інтересу зробило психотерапію набагато більш соціально орієнтованою. З його роботи з усвідомленими, раціональними процесами виникла перша его-психологія. Найважливішим внеском Адлера в сучасну психологію є доказ значення сексуальних чинників в навколишньому світі,

єдності особистості, ролі влади й агресії в людській поведінці, а також поняття комплексу неповноцінності.

Адлер підкреслював унікальність кожної людини і важливість розуміння того, що особистість - єдине ціле, включене в соціальну систему. Практично будь-який прогрес є результат старань особистості компенсувати органічну неповноцінність або почуття неповноцінності, і ці старання лежать в основі найбільш значних досягнень людства.

Прагнення до влади - фундаментальне прагнення людської душі. Пізніша формулювання цього принципу - прагнення до переваги, тут враховується роль розвитку і творчого зростання.

Мета кожної людини - стати цінною і значною особистістю. Найважливіший закон життя полягає в тому, що відчуття людиною цінності своєї особистості не повинно зменшуватися. Поведінка визначається індивідуальною концепцією світу. Обговорювати і лікувати психологічні та емоційні проблеми потрібно в контексті життєвих цілей і життєвого стилю особистості. Єдиний життєвий стиль людини проявляється в будь-яких межах його поведінки і в будь-якому симптомі.

Здатність до творчості, тобто, здатність формулювати як цілі, так і способи їх досягнення, - основа особистості. Життєва мета забезпечує послідовну організацію життя людини: це її творча відповідь навколишньому світу.

Почуття спільності, або соціальний інтерес, - це почуття приналежності до більш великого соціального цілого і прихильності до сім'ї, оточенню, суспільству і людству. Співробітництво - ключова складова соціального інтересу. Почуття неповноцінності може бути подолане лише через активну участь людини в житті інших людей в якості корисного і цінного члена суспільства.

Корінь неадаптивних і невротичних стилів життя - невміння співпрацювати і, в результаті, відчуття невдалого життя і власної неспроможності. Здорова особистість взаємодіє з іншими, для неї характерний сильний соціальний інтерес і конструктивне прагнення до переваги. Будь-який невроз - це спроба досягти відчуття спроможності та подолати почуття неповноцінності. Неврози ізолюють людину, вони ведуть її від взаємодії з суспільством і від вирішення проблем реального життя. Щоб вилікувати невроз, терапевт повинен допомогти пацієнтові повністю змінити свою орієнтацію, направити пацієнта назад у суспільство.

Ті люди, яким бракує впевненості у своїй здатності ефективно і конструктивно взаємодіяти з іншими, шукають особистої переваги. Почуття неповноцінності в цьому випадку переважає.

Більш важливо зрозуміти наслідки поведінки людини, ніж його внутрішні переживання. Справжнє осягнення людського характеру - це не просто абстрактне знання, а розуміння, втілене в конструктивну дію. Ядро всіх психологічних проблем - турбота про себе замість турботи про інших.

### Питання для підготовки до семінарських занять:

2. Індивідуальна теорія особистості А. Адлера:

2.1. Неповноцінність і компенсація, стиль життя, соціальний інтерес.

2.2. Основні принципи теорії А. Адлера.

2.3. Почуття неповноцінності та його компенсація за А. Адлером.

2.4. Стиль життя та соціальний інтерес за А. Адлером.

2.5. Психологічне зростання: життєві завдання, перешкоди зростанню. (органічна неповноцінність, розпещеність, занедбаність).

2.6. Теоретичні передумови та значення індивідуальної психології А. Адлера для сучасної психології особистості.

### 4. Особистість в теорії Вільгельма Райха.

«Життя тіла - це життя відчуттів і емоцій. Саме тіло відчуває справжній голод, справжню радість від споглядання сонця або снігу ... справжній гнів, справжню печаль, справжню ніжність, справжню теплоту, справжню пристрасть, справжню ненависть, справжнє горе. Всі наші емоції належать тілу а розум лише усвідомлює їх » (Д. Г. Лоуренс, 1955).

Вільгельма Райх є **засновником так званої психосоматики**, а також **тілесно-орієнтованої психотерапії**. Його можна назвати хрещеним батьком всіх методів сучасної терапії, що мають відношення до емоційного життя нашого тіла.

«Навряд чи хто-небудь інший, окрім Райха, настільки послідовно і наполегливо розробляв критичні, революційні аспекти теорії психоаналізу» (Robinson, 1969, p. 10).

Вільгельм Райх був членом Віденського гуртка психоаналітиків і вів у ньому семінар технічної підготовки для молодих психологів. У власній терапевтичній діяльності він надавав величезного значення роботі з фізичними проявами характеру індивіда; особливо його цікавили так звані хронічні м'язові затиски людського тіла, які він назвав **тілесним панциром**. Крім того, він приділяв велику увагу ролі суспільства у формуванні підсвідомих, особливо сексуальних, заборон в свідомості індивіда.

**Унікальний внесок** Райха в психологію полягає в тому, що він, **по-перше**, наполегливо і завзято *підкреслював єдність тіла і розуму*, **по-друге**, у своїй психотерапевтичній дослідженнях завжди включав проблеми, пов'язані з людським тілом, і, **по-третє**, розробив концепцію характерного панцира. Райх вважав, що до кожного пацієнта слід підходити як до цілісного організму, емоційні проблеми якого можна зрозуміти, лише розглядаючи його як цілісну істоту. Райха можна з упевненістю назвати піонером в таких областях, як сексуальне виховання і гігієна, психологія політики та соціальної дисципліни і зв'язок між психологією, біологією і фізикою. У всій своїй діяльності Райх був сміливим і наполегливим новатором, чий ідеї надовго випередили свій час.

Згідно концепції В.Райха, характер людини включає постійний, звичний набір, патерн захистів. Райх вважав, що **характер створює захист проти**

занепокоєння, яке виникає в дитині через інтенсивні сексуальні почуття в супроводі страху покарання.

Перший захист проти цього страху - **придушення**, яке тимчасово приборкує сексуальні імпульси. У міру того як "его-захисти" стають постійними і автоматично діючими, вони розвиваються в риси характеру або характерний панцир. Кожне характерне відношення має відповідну йому фізичну позу, тому характер людини виражається в його тілі у вигляді м'язової ригідності. Людині корисно проаналізувати в деталях свою позу і фізичні звички (тому Райх часто імітував характерні пози або жести пацієнтів, просив самих людей повторити або перебільшити звичний штамп поведінки, наприклад нервову посмішку), посилити певний затиск в м'язах, щоб краще усвідомити його, відчути його і виявити емоцію, яка пов'язана з цією частиною тіла. Лише після того як переважна емоція знаходить своє вираження, людина може повністю відмовитися від хронічного напруги, або затиску.

В.Райх виявив, що хронічні м'язові затиски блокують **три основні спонукання**: тривожність, гнів і сексуальне збудження. Він прийшов до висновку, що фізичний (м'язовий) і психологічний панцир - одне і те ж. **При роботі з м'язовим панциром** Райх виявив, що звільнення хронічно затиснутих м'язів викликає особливі відчуття - відчуття тепла або холоду, поколювання, свербіж або емоційний підйом. Він вважав, що ці відчуття виникають в результаті вивільнення біологічної енергії, яку назвав **"оргоном"**. **Органічна енергія має такі властивості:**

1. вона вільна від маси, не має ні інерції, ні ваги;
2. вона присутня скрізь, хоча і в різній концентрації;
3. вона є середовищем електромагнітних і гравітаційних взаємодій, субстратом більшості фундаментальних природних феноменів;
4. вона знаходиться в постійному русі, її можна спостерігати у відповідних умовах.

М'язові затиски служать обмеженням як вільного потоку енергії, так і вільного вираження емоцій у людини. Те, що спочатку виникає як захист проти захльостуючих почуттів напруги і збудженості, стає фізичною та емоційною гамівною сорочкою.

**Психологічний, особистісний ріст, самовдосконалення людини** Райх визначає як *процес розсмоктування психологічного і м'язового панцира, поступового становлення більш вільною, щирою і відкритою людиною, більш енергійною і щасливою, набуття здатності насолоджуватися і задовольняючись оргазмом.*

#### **Основні висновки:**

- У практиці психоаналізу Райх стимулював звільнення пацієнтом блокованих м'язовим панциром емоцій, працюючи не тільки з психологічним матеріалом (емоціями), але і безпосередньо з тілом пацієнта.



- Захисні механізми особистості відрізняються від невротичних симптомів тим, що ці механізми переживаються індивідом в якості невід'ємної частини його особистості, в той час як невротичні симптоми відчуються ним як чужі елементи психіки, як елементи зайві і навіть несуть на собі печатку патології.
- У терії З.Фрейда найвищий рівень психосексуального розвитку позначений терміном генітальна особистість. В.Райх використовував цей термін для опису особистості, що володіє оргастичною потенцією. Розтискування м'язового панцира є умовою для справжнього генітального розвитку.
- **М'язовий панцир складається з семи основних сегментів.** У кожен сегмент входять певні м'язи і органи, які володіють експресивними функціями. *Сегменти розташовані в області очей, рота, шиї, грудей, діафрагми, живота і таза і являють собою сім горизонтальних кіл, розташованих під прямим кутом до тулуба і хребта.*
- Для того щоб послабити лещата панцира, терапевт, який працює за системою Райха, за допомогою вправ, що включають в себе глибоке дихання, а також прямим впливом на хронічно напружені м'язи допомагає пацієнтові накопичити в тілі енергію, одночасно, протягом усього процесу терапії, підтримуючи з пацієнтом контакт і взаємодію.
- Райх був проти будь-якого поділу людської істоти на сфери емоцій, інтелекту і тіла. Він вважав, що інтелект несе в собі біологічну функцію і здатний володіти таким же потужним енергетичним викидом, як і емоції.

### 5. Теорія особистості Карен Хорні. Гуманістичний психоаналіз.

У своїх основних роботах по жіночій психології, написаних у 1920-х і початку 1930-х років, Хорні намагалася видозмінити ідеї Фрейда про заздрість до пеніса, жіночий мазохізм, жіночий розвиток, залишаючись в рамках ортодоксальної теорії. Ці статті занадто випередили свій час і отримали широку популярність, лише коли в 1967-му була перевидана її «Жіноча психологія», після чого Карен Хорні була одностайно визнана «першою леді психоаналізу».

Більшість психоаналітиків слідом за Фрейдом у пошуках шляхів пояснення і терапії концентрували свою увагу на дитинстві і ранніх переживаннях. Випереджаючи багатьох недавніх критиків психоаналізу, Карен Хорні зрозуміла, що подібна практика призводить до кругової причинності, вона тягне за собою перетворення аналогій в причини і проблеми епістемології. Вона також вважала, що це терапевтично неефективно. Хорні сумнівалася в тому, що раннє дитинство може бути точно відновлено, оскільки ми змушені реконструювати його з точки зору наших нинішніх потреб, переконань і захистів. У людях живе потреба пояснювати речі їхнім походженням, проте Хорні вважала, що міфів про походження стільки ж, скільки і психоаналітичних теорій. Більш вигідно,

вважала вона, «зосередитися на силах, які дійсно ведуть людину і притаманні їй; розумно буде зрозуміти їх, навіть нічого не знаючи про дитинство».

Хорні намагалася пояснити поведінку виходячи з її захисної функції та відповідальності за суперечливі відносини, вчинки та переконання, вона розглядала все це як частину структури внутрішніх конфліктів.

Карен Хорні, ймовірно, перший представник того напрямку, який тепер відомий як гуманістичний психоаналіз. Її теорія і теорія Абрахама Маслоу, на якого Хорні значно вплинула, доповнюють одна одну. В основі обох теорій лежить концепція реального «я» (real self), і мета людського життя полягає в її реалізації. Хорні звертає увагу на те, що відбувається, коли ми відділяємося від своїх реальних «я» через патогенне оточення. Маслоу зосередив свою увагу на умовах, які необхідні для здорового розвитку особистості, і на визначенні та характеристиках людей, що реалізують себе. Хорні описала, які захисні стратегії ми використовуємо, коли наші здорові базові потреби в безпеці, любові, приналежності, повазі перетворилися на невротичні потреби через те, що не були задоволені. Теорії Хорні та Маслоу комплементарні і, взяті разом, дають більш повну картину людської поведінки, ніж кожна з них окремо.

Думка Хорні розвивалася за трьома **напрямками**: 1) її ранні есе про жіночу психологію; 2) в числі причин виникнення неврозів більш важливими вона вважала фактори культури і порушення в людських взаєминах, а не біологічні фактори; 3) вона досліджувала міжособистісні та інтрапсихічні захисти, які допомагають людині долати тривогу.

Хорні була одним із психологів, що поклали початок розвитку гуманістичної психології, заснованої на тому, що *здорові цілі і цінності життя народжуються в процесі самореалізації*. Хорні вірила в потенціал людського психічного зростання, виходячи з власного досвіду, проте визнавала всю трудність досягнення цього потенціалу.

Хорні вона вважала, що психоаналіз упереджено ставиться до жінок і відтворює і підсилює їх знецінення. Хорні запропонувала жіночу точку зору на розлади відносин між статями і відмінності чоловіків і жінок. Дівчата і жінки, на думку Хорні, володіють власними патернами розвитку, які треба зрозуміти, виходячи з них самих, не порівнюючи їх з чоловічими патернами.

Жінки більше заздрять чоловічим привілеям, а не пенісу. Можливість розвивати свої людські здібності потрібна як чоловікам, так і жінкам.

За версією психоаналізу Хорні, **невроз являє собою набір захисних реакцій на базову тривогу**. Хорні виділяє роль культури і зміщує фокус з інфантильних джерел структури характеру, описаних Фрейдом.

Як у теорії, так і в практиці Хорні використовувала структурний підхід, який розглядає внутрішні конфлікти і захисти людини в даний момент часу. Для пояснення поведінки і проблем людини вона не намагалася, як Фрейд, відновити події минулого для того, щоб пояснити сьогодення.

На відміну від Фрейда, який вважав, що нічого нового не відбувається з людиною після п'яти років, Хорні припускала, що розвиток не зупиняється на

цьому періоді і що наступні реакції і переживання людини впливають з попередніх.

Події минулого містяться у цьому, скоріше, як частина процесу розвитку, а не просте повторення. Наші дитячі переживання глибоко впливають на нас: вони визначають напрямок нашого розвитку, обумовлюючи нашу реакцію на навколишнє, проте вони не обов'язково породжують фіксації, що змушують нас повторювати колишні патерни.

Люди використовують **три базові стратегії для подолання базальної тривоги**: вони рухаються до людей і приймають рішення на користь поступливості; рухаються проти людей і приймають агресивне і експансивне рішення; рухаються від людей, стаючи відчуженими й відокремленими. В рамках експансивного рішення існують **три типи людей**: люди нарцистського, перфекціоністського і гордовито-мстивого типів.

Хорні вводить термін **«система гордості»**, що припускає невротичну гордість, невротичні домагання, тиранічні повинності, перебільшену ненависть до себе. До виникнення системи гордості призводить ідеалізація нашого «я».

Теорія Хорні відрізняється динамікою: конфлікти розвиваються циклічно, породжують коливання, протиріччя і ненависть до себе. В системі гордості існує конфлікт між повинністю і коливання між зневажливим і ідеалізованим «я».

Наша енергія зміщується з розвитку наших реальних можливостей до реалізації нашого звеличення концепції нас самих. Нашою поведінкою ми намагаємося створити ідеалізований образ. Він, у свою чергу, породжує систему гордості.

Теорії Хорні вийшли за межі клінічної практики і знайшли застосування в якості систем інтерпретації в галузі літератури, культури, в жанрі біографій, в дослідженнях проблем статі, так само як в релігії і філософії.

Хорні намагалася пояснити суперечливі вчинки, відносини і переконання, вважаючи їх частиною структури внутрішнього конфлікту і пояснюючи поведінку людини, виходячи з її захисної функції.

### **Питання для підготовки до семінарських занять.**

1. Які особливості біографії К.Хорні відклали відбиток на її теорію особистості?
2. Що саме привело її до висновку, що в основі порушень функціонування особистості лежать унікальні стилі міжособистісних відносин?
3. Охарактеризуйте основні розбіжності в поглядах К.Хорні та З.Фрейда на чинники розвитку особистості.
4. Охарактеризуйте погляд К.Хорні на витоки базальної тривоги, яка є причиною неврозів.
5. Охарактеризуйте невротичні потреби особистості та їх функції.

6. Опишіть підхід К.Хорні до типологій характеру: орієнтація на людей, від людей та проти людей.

7. Охарактерізуйте внесок К.Хорні в розвиток жіночої психології та теорії фемінізму.

## 6. Теорія особистості Еріка Берна.

**Особистість** в концепції Берна розглядається як *сукупність особливих станів Его, що виявляються в специфічних станах свідомості і зразках поведінки*. За допомогою структур, аналізу автор виділяє три основні Его-стани.

**1. "Батько"** - стан, копійований з справжніх батьків чи інших авторитетних в дитинстві особистостей. Крім моделі ролі батька, воно містить багато ін. Стереотипи і автоматизовані форми поведінки, відображають традиції, цінності, норми і правила. "Батько" уособлює функції контролю над дотриманням норм і приписів (які людина запозичує, часто некритично, протягом життя), а також заступництва і турботи. По суті - це актуалізація моральної сфери особистості.

**2. "Дитина"** - частина особистості, що зберіглася від справжнього дитинства, що містить афективні комплекси, пов'язані з ранніми дитячими враженнями і переживаннями. Цей стан може бути у двох формах: як природний "Дитина", яка є джерелом інтуїції, творчості, спонтанних спонукань і радості; як пристосувався залежний "Дитина", яка змінює поведінку під впливом "Батька" (може бути слухняною або, навпаки, примхливою). По суті - це актуалізація емотивної сфери особистості.

**3. "Дорослий"** - стан, в якому здійснюється переробка інформації і імовірісна її оцінка для ефективної взаємодії з навколишнім світом; демонструються тверезість, незалежність і компетентність. "Дорослий" контролює дії "Батька" і "Дитини", будучи посередником між ними. По суті, це - актуалізація раціональної, сфери особистості.

У різноманітних життєвих ситуаціях, насамперед у процесі спілкування з іншими людьми, особистість знаходиться, як правило, в одному з трьох Его-станів, яке в даний момент активізовано. Проте можливо і поєднання двох Его-станів, або, точніше "зараження" (контамінація) одного стану іншим. Таким механізмом зараження Берна пояснює різноманітні випадки особистісних патологій і відхилень аж до психічних захворювань. За допомогою розробленого Берном методу психотерапії може відбуватися "знезараження" (деконтамінація) Его-стану "Дорослого", досягнення його автономності з подальшим відновленням "Я-справжнього".

За допомогою концепції Его-станів можна розглядати процес міжособистісної взаємодії. *Елементарна одиниця спілкування*, що складається з транзакційного стимулу і реакції, називається **транзакцією**. За допомогою своєї концепції Берна вивчає і більш складні форми поведінки людини - "гру", або "серії наступних одна за одною прихованих додаткових транзакцій з чітко визначеним і передбачуваним результатом", а також

лежать в їх основі скрипти (див. Сценарій життєвий). За допомогою психологічної гри люди часто не усвідомлено компенсують свої особистісні проблеми. Берн створив теорію і типологію гри та сценаріїв, описаних у книзі "Ігри, в які грають люди. Люди які грають в ігри".

## 7. Теорія особистості Еріка Еріксона.

Ерік Еріксон - мабуть, самий начитаний і впливовий теоретик постфрейдизму. Він розширив розуміння психоаналізу, вивчивши методи виховання дітей в різних культурах, створюючи психологічні біографії видатних чоловіків і жінок і аналізуючи взаємодію психологічного та соціального розвитку. Теорія Еріксона про періоди розвитку его серйозно вплинула на психологію і суміжні області наукового знання. Він є і засновником сучасної психоісторії.

Роботи Еріксона міцно базуються на психоаналітичній теорії: ніхто ще з часів Фрейда не зробив стільки для розробки і застосування принципів психоаналізу в нових областях і для вирішення проблем сучасності. Поступово Еріксон розвинув власну оригінальну теорію, яка хоча і ґрунтувалася на психоаналітичному розумінні, але істотно відрізнялася за охопленням, концепцією і розстановкою акцентів. Його називали «недогматичним, емансипованим фрейдистом». Еріксонівські поняття особистості та кризи особистості стали повсякденними і мали визначальний вплив на всі соціальні науки.

Еріксон - блискучий, проникливий теоретик і прекрасний письменник. В основі його робіт лежить теорія циклів людського життя, модель, яка інтегрує ріст і розвиток людини від народження до похилого віку. **Основний внесок Еріксона** у вивчення особистості полягає в тому, що, поряд з фрейдівськими стадіями психосексуального розвитку, він, по-перше, показав, як людина одночасно проходить стадії психосоціального розвитку і стадії розвитку его, і, по-друге, довів, що розвиток особистості триває все життя і що кожна стадія розвитку може мати як позитивний, так і негативний результат.

Еріксонівської модель циклу людського життя складається з **восьми стадій**. Вона інтегрує розвиток і дозрівання людської особистості від народження до старості.

### Перша стадія розвитку (орально - сенсорна)

На першій стадії розвитку (орально-сенсорній), яка відповідає періоду немовляти, виникає довіра чи недовіра до світу. За прогресивного розвитку особистості дитина "обирає" довірливе ставлення. Воно виявляється в легкому кормлінні, глибокому сні, ненапруженості внутрішніх органів, нормальній роботі кишечника. Любов матері і ніжність визначають "кількість" віри і надії, винесеної з першого життєвого досвіду дитини. У цей період дитина "вбирає" в себе образ матері і це є першою стадією формування ідентичності особистості.

### Друга стадія розвитку (м'язево-анальна)

Друга стадія (м'язево-анальна) відповідає ранньому дитинству. У цей період різко зростають можливості дитини, вона починає ходити і відстоювати свою незалежність. Зростає почуття самостійності, але воно не повинне зруйнувати її довіру до світу. Батьки допомагають їй це зберегти, обмежуючи бажання дитини вимагати, присвоювати, руйнувати, коли вона перевіряє свої сили. Вимоги і обмеження батьків водночас створюють основу для негативного почуття сорому і сумнівів. Дитина відчуває, що "очі світу" стежать за нею із осудом і намагається примусити світ не дивиться на неї або ж хоче стати невидимою. Але це неможливо, і в дитини з'являються "внутрішні осі світу" - сором за свої помилки, незручність, замурзані руки тощо. Якщо дорослі ставлять надто жорсткі вимоги, у дитини виникає страх "втратити обличчя", постійна настороженість, скутість, нетовариськість. Якщо прагнення дитини до незалежності не придушується, встановлюється співвідношення між здатністю до співробітництва з іншими людьми і наполяганням на своєму, між свободою самовияву та її розумним обмеженням.

### **Третя стадія (локомоторно-генітальна)**

Третя стадія (локомоторно-генітальна) співпадає з дошкільним віком. Дитина активно пізнає навколишній світ, моделює у грі стосунки дорослих у побуті, на виробництві, в інших сферах життєдіяльності, швидко вчиться всьому, набуваючи нові права і обов'язки. До самостійності додається ініціатива. У випадку агресивної поведінки ініціатива обмежується, з'являються почуття провини і тривожності. Закладаються нові внутрішні інстанції совість і моральна відповідальність за свої дії, думки і бажання. Надмірне несхвалення, покарання за незначні вчинки і помилки викликають постійне відчуття своєї провини, страх перед покаранням за таємні думки, мстивість. Гальмується ініціатива, розвивається пасивність. На цій стадії відбувається статеві ідентифікація і дитина засвоює певну форму поведінки, характерну для чоловіка чи жінки.

### **Четверта стадія (латентна)**

Четверта стадія (латентна) відповідає молодшому шкільному віку - передпубертатному періоду. Вона пов'язана з вихованням у дітей працелюбства, необхідністю оволодіння новими знаннями і вміннями. Засвоєння основ трудового та соціального досвіду дає змогу дитині одержати визнання оточуючих і набути почуття компетентності. Якщо ж досягнення незначні, вона переживає свою неумілість, нездатність, невідгідне становище серед однолітків і відчуває себе посередністю. Замість почуття компетентності виникає почуття неповноцінності. У цей період з'являється також професійна ідентифікація, відчуття власного зв'язку з представниками певних професій.

### **П'ята стадія розвитку**

П'ята стадія розвитку особистості відноситься до підліткового та юнацького віку. Це період глибокої кризи. Дитинство закінчується і формується ідентичність. Вона об'єднує всі попередні ідентифікації дитини,

до них додаються нові, оскільки дитина в міру дорослішання включається до нових соціальних груп і набуває інших уявлень про себе. Завдання самовизначення, вибору життєвого шляху розв'язується в юнацькому віці завдяки цілісній ідентичності особистості, довіри до світу, самотійності, ініціативності та компетентності. У випадку невдалої спроби усвідомити себе і своє місце у світі виникає дифузність ідентичності. Вона виявляється у бажанні якомога довше не вступати у доросле життя, у стійкому стані тривоги, почуті ізоляції і спустошеності, а також у ворожому неприйнятті соціальних ролей, бажаних для сім'ї та найближчого оточення юнака (чоловічої чи жіночої, національної, професійної, класової тощо), у зневазі до вітчизняного і переоцінці закордонного та ін.

### **Шоста стадія розвитку**

Рання зрілість (шоста стадія) пов'язана з виникненням проблеми близькості (інтимності). В цей період виявляється істинна сексуальність. Близькі стосунки з друзями чи коханими вимагають вірності, самопожертви і моральної сили. Прагнення близьких стосунків не повинне заглушуватися страхом втратити своє "Я". Це період створення сім'ї, що супроводжується любов'ю. Остання розуміється Е.Еріксоном в еротичному, романтичному і моральному смислах. У шлюбі любов виявляється в турботі, повазі і відповідальності за супутника життя. Нездатність любити, встановлювати близькі довірливі стосунки з іншими людьми, переважання поверхневих контактів призводить до ізоляції, почуття самотності.

### **Сьома стадія розвитку особистості**

Сьома стадія розвитку особистості - зрілість або середній вік - надзвичайно тривала. Провідним стає ставлення людини до продуктів своєї праці і до своїх дітей, турбота про майбутнє людства. Людина прагне до продуктивності і творчості, до реалізації своїх можливостей передати щось наступному поколінню - власний досвід, ідеї, твори мистецтва тощо. Бажання зробити внесок у життя майбутніх поколінь є природним і воно реалізується, насамперед, у стосунках з дітьми. Зріла людина має потребу бути необхідною іншим. Якщо продуктивність не досягається, якщо немає потреби в турботі про інших людей, з'являється байдужість, зосередженість на собі, особисте життя знецінюється.

### **Остання стадія**

Останньою стадією є пізня зрілість, яка виступає інтегративною: виникають плоди всіх семи попередніх стадій. Людина розуміє пройдений нею життєвий шлях і набуває цілісності особистості. Тільки тепер з'являється мудрість. Діти і творчі досягнення сприймаються як продовження себе і страх смерті зникає. Деякі люди не відчувають цілісності власного "Я", незадоволені прожитим життям, вважають його ланцюгом помилок і нереалізованих можливостей. Немоżliвість щось змінити у минулому, почати життя спочатку дратує, власні недоліки і невдачі здаються наслідком несприятливих обставин, а наближення до останньої межі життя викликає відчай.

*Кожна стадія може мати позитивний і негативний результат. Розвиток особистості триває все життя. Кожна наступна стадія обумовлена розвитком попередньої; цей процес схожий з розвитком ембріона.*

Людська особистість розвивається за встановленими стадіями. Розвиток особистості залежить від готовності людини спілкуватися і взаємодіяти з більш широким колом людей. Кожна стадія системно пов'язана з іншими і повинна проходити в заданій послідовності.

Кожна стадія характеризується особливою **психологічним кризою** і завданням розвитку. Це завдання має бути виконане, а криза успішно вирішена для освоєння наступної стадії.

Навички та здібності, необхідні для кожної стадії, розвиваються і перевіряються в період кризи. Цей процес дає можливість особистості розвивати нові відносини і навички. Після успішного розв'язання кризи у людини розвиваються велика здатність судження, внутрішня цілісність і здатність діяти ефективно.

Модель Еріксона приділяє особливу увагу позитивним атрибутам і здібностям, що здобувається на кожній стадії. Ці здібності і сили вважаються вродженими і характеризуються відчуттям позитивної сили і потенціалу.

**Кожна стадія** - це *динамічна пропорція між двома полюсами, наприклад віри і недовіри*. Обидва полюси - крайності, золота середина знаходиться в проміжку між ними. Елементи кожного полюса динамічно присутні в здоровій особистості.

Концепція ідентичності зводить воедино теорії когнітивної та еґо-психології. Деякі аспекти ідентичності включають в себе почуття індивідуальності, цілісності і тотожності, відчуття синтезу і цілісності і почуття соціальної солідарності. Розвиток і розквіт відчуття самості і призводить до відчуття ідентичності. Нестача нормального почуття ідентичності може викликати вороже ставлення до існуючих цінностей і суспільних цілей. Важкий підліток, що відчуває нездатність присвятити себе позитивній соціальній ролі, може вибрати замість неї негативну роль. Відчуття «я той, ким хочу бути сам» відіграє вирішальну роль у розвитку нормального почуття ідентичності.

## **8. Особистість у концепції Еріха Фромма.**

Теорія, створена Еріхом Фроммом, привертає психологів в першу чергу тим, що в ній, як у жодній іншій, досконально описані соціальні детермінанти людської особистості. Фромм спробував об'єднати в своїх психологічних дослідженнях історію і економіку, беручи до уваги як класову структуру суспільства, так і біологічні фактори у розвитку людини. Критично поставившись до соціально-економічної теорії марксизму і фрейдівському психоаналізу, Фромм об'єднав у своїй теорії їх реальні досягнення. Його підхід, названий **«гуманістичним психоаналізом»** (humanistic psychoanalysis), припускає, *що основним джерелом страху, тривоги, почуття самотності та ізоляції є відрив людини від світу природної стихії.*



Гуманістичний психоаналіз розглядає людину скоріше з культурно-історичної, ніж з психологічної точки зору, і більше орієнтований на культуру в цілому, ніж на окрему особистість. Фромм був не тільки видатним теоретиком психології, а й публіцистом, психотерапевтом, філософом, знавцем Біблії, культурним антропологом, фахівцем з психобіографії.

Саме такий міждисциплінарний підхід дозволив Фромму сформулювати оригінальне положення про «людську дилему», засновану на ідеях еволюціонізму.

Коротенько принципи еволюціонізму зводяться до того, що коли в ході еволюції тваринного світу людські істоти відокремилися в окремий вид, вони втратили більшу частину тваринних інстинктів, але «досягли успіху в розумовому розвитку, який дозволив їм усвідомлювати себе, фантазувати, будувати плани і виносити судження» (Fromm, 1992, р. 5). Саме це поєднання ослаблених інстинктів, з одного боку, і високорозвинених розумових здібностей - з іншого, відрізняє людину від інших тварин.

Розглядаючи **людську особистість** як результат динамічної протидії між вродженими потребами і нормами соціуму, в якому існує конкретний індивід, Фромм сформулював **теорію типів соціальних характерів** - продуктивних і непродуктивних.

Ще одна з ідей Фромма, що отримала, можливо, найбільш широке поширення, це розроблена ним концепція **ставлення людини до свободи**. Зліт капіталізму, з одного боку, дав людям особисту свободу і дозвілля, а з іншого - вселив у них почуття тривоги, ізоляції та безсилля. Ціна свободи, стверджував Фромм, перевищує її переваги. Неминуче почуття ізоляції, народжене капіталізмом, залишає людям всього дві альтернативи: сховатися від свободи в міжособистісній залежності або рухатися до самореалізації через любов, творчість і роботу.

Фромм починав свою кар'єру як психотерапевт, що застосовує техніку традиційного психоаналізу, але потім почав перейматися вузькими рамками фрейдівського підходу і рухатися в напрямку більш динамічного і провокативного методу. У своїй гуманістичній концепції Фромм дотримується «золотої середини» між вільною волею і визначеністю, оптимізмом і песимізмом, свідомістю і підсвідомими силами, унікальністю і схожістю. Його внесок у розуміння людської особистості на даному етапі розвитку суспільства воістину важко переоцінити. І не буде перебільшенням сказати, що тепер, до початку нового століття, ідеї Фромма в галузі наук про культуру (соціологія, психологія і т. п.) досягли максимально широкої аудиторії.

**Основна теза Фромма** такий, що в процесі еволюції люди втратили свою доісторичну єдність з природою і один з одним, в той же час розвинувши здатність мислення, передбачення і уяви. Поєднання нестачі тваринних інстинктів з надлишком раціонального мислення перетворило людину у своєрідну помилку природи. Самосвідомість породжує почуття

самотності, ізоляції та неприкаяності. Щоб позбутися цих почуттів, людина прагне знову з'єднатися з природою і з собі подібними.

У цьому прагненні до об'єднання стимулюючими факторами виступають **чотири екзистенційні потреби**: у встановленні зв'язків (зближення з іншим через підпорядкування, владу або любов), у подоланні себе (здатність піднятися над своїм пасивним існуванням, створюючи або руйнуючи власне життя), в почутті вкоріненості (породжене почуттям стабільності світу, знову стало для людини рідним домом), в самоідентичності («Я - це Я, і ніхто інший»), в системі поглядів (розвиток послідовного, зваженого погляду на світ, що спирається на традицію). Фромм вважав, що результатом незадоволення будь-який з цих потреб стає психічне захворювання, тому ми прагнемо їх задовольнити більш-менш ефективними способами.

Потреба у встановленні зв'язків може бути задоволена через підпорядкування, владу або любов, але лише любов приносить справжнє задоволення. Потреба в подоланні задовольняється за допомогою руйнування або творення, однак радість приносить тільки останнє. Потреба в корінні може бути задоволена шляхом фіксації на матері або руху до самореалізації і цілісності. Потреба в самоідентичності - шляхом приналежності до якої-небудь групи або за допомогою творчого процесу до індивідуальності; і нарешті, потреба в системі цінностей може бути ірраціональною або раціональною, причому лише раціональна філософія є реальною базою для особистісного зростання.

Фромм розрізняв **одну продуктивну і чотири непродуктивні орієнтації особистості**. **Продуктивна орієнтація** формується на основі: любові, праці і думки (мається на увазі думка як характеристика активної роботи свідомості). Поведінка психічно здорових людей являє собою співвідношення цих трьох іпостасей в тій чи іншій пропорції. Ключовою властивістю здорового індивіда є біофілія, тобто, любов до життя. Люди з **непродуктивною орієнтацією** розподіляються за чотирма типами: рецептивний, експлуативний, накопичувальний і ринковий.

Протилежністю біофілія є некрофілія, або потяг до смерті, руйнування, занепад. Некрофілія - одна з трьох характерних рис, що складають синдром занепаду, двома іншими є нарцисизм - надмірне захоплення собою і інцестуальний симбіоз - довічна прихильність людини до матері або тому, хто її замінює. Економічна та політична свобода, відвойована людиною в ході історичного розвитку, стала причиною багатьох бід, серед яких найбільш болісними для людини є непереборне відчуття ізоляції і відірваності від світу. Тягар свободи, яке звалилося людині на плечі, став причиною глобальної тривоги і відчуття самотності в цьому світі. Щоб позбутися цих почуттів, одні люди використовують **механізми уникнення** (mechanisms of escape) - авторитарність, деструктивність, підпорядкування. Іншим вдається досягти єдності зі світом і знайти справжню свободу, тобто, спонтанну поведінку здорової цілісної особистості. Фромм вважав, що люди йдуть до психотерапевтів в пошуках задоволення своїх першочергових

людських потреб - у встановленні зв'язків, самовизначення, вкоріненості у світі, самоідентичності та системі цінностей.

### 9. Теорія особистості Гаррі Стек Саллівана.

Великий американський психіатр Гаррі Стек Салліван стверджував, що людську особистість можна вивчити лише за допомогою наукового дослідження міжособистісних відносин. Він вважав, що наш особистісний розвиток відбувається тільки в соціумі і без інших людей ми були б позбавлені особистості. «**Особистість** не може бути ізольованою від комплексу міжособистісних відносин, в яких людина існує» (Sullivan, 1953a, p. 10).

**Міжособистісна теорія (interpersonal theory) Саллівана** підкреслює важливість різних етапів розвитку в житті людини: дитинства (infancy), дитинства (childhood), ювенільної ери (juvenile era), пред'юності (preadolescence), ранній юності (early adolescence), пізньої юності (late adolescence) і зрілості (adulthood). В основі здорового психічного розвитку людини лежить здатність встановлювати близькі стосунки з іншими людьми. На заваді задовільним міжособистісним відносинам може служити тривога (anxiety). Можливо, найбільш критичним періодом розвитку людини є отрочий період - час, коли діти вперше набувають здатність встановлювати близькі стосунки з іншими людьми, але ще не досягли віку, коли ці відносини ускладнюються сексуальним інтересом. Салліван вважав, що показником здорового розвитку служить здатність людини відчувати дружні почуття і сексуальний інтерес до одного й того ж особи. Гаррі Стек Салліван був першим американцем, який створив найбільш повну, вичерпну теорію особистості. Його ідеї про природу людської особистості з'явилися відображенням його власного життєвого досвіду і пережитої в дитинстві самотності, яка, власне, і допомогла створити теорію, що підкреслює важливість міжособистісних відносин. Незважаючи на те що мова і формулювання Саллівана досить складні, він володів винятковою проникливістю і здатністю розуміти людей. Ці якості дозволили йому яскраво і виразно описати тривогу, міжособистісні стосунки і етапи психологічного розвитку людини.

Салліван розрізняв **два види переживань** - напруга і трансформація енергії. **Напруження**, або потенційні можливості дій, включають в себе напруги, пов'язані з потребами, і напруги, пов'язані з тривогою. **Трансформації енергії** мається на увазі перетворення енергетичного потенціалу в конкретні дії, спрямовані на задоволення потреб або зниження рівня тривоги. Тривога має великий вплив на міжособистісні стосунки і є головною причиною більшої частини психологічних страждань. Міжособистісні відносини також можуть породжувати тривогу або ж вести до психологічного росту, який знижує її рівень.

Першим етапом розвитку людської особистості є **дитинство** - період, що триває від народження до розвитку синтаксичної мови. У цей період основні міжособистісні відносини немовляти - стосунки з матір'ю, а головне джерело тривоги - процес годування. **Дитинство (childhood)** починається з розвитком

синтаксичної мови і триває до 5-6-річного віку. На цьому етапі найважливішими міжособистісними відносинами для дітей є стосунки з матір'ю, хоча діти часто вигадують відносини і з уявними товаришами. Ці вигадані відносини можуть мати позитивний і тривалий ефект в процесі подальшого розвитку дитини. Третій етап розвитку - **ювенільний ера**, яка обмежується першими трьома шкільними роками. У цей період діти вчаться суперництву, компромісу і взаємодопомоги - навичкам, які дозволять їм успішно пройти більш пізні етапи розвитку. Найбільшою критичною стадією розвитку є **пред'юнний період**, оскільки помилки, допущені на цьому етапі, дуже важко виправити в подальшому. Протягом пред'юнного періоду дитина отримує навички близькості, звичайно з людиною одного і того ж віку і статі. Ці тісні міжособистісні відносини ще не ускладнені сексуальним потягом і тому дозволяють людині надалі ставитися до осіб протилежної статі по-людськи, мати з ними людську близькість, а не тільки сексуальну. У міру того як молоді люди досягають **ранньої юності**, у них з'являється сексуальний інтерес, викликаний віковими змінами в організмі. Якщо протягом пред'юнного періоду вони навчилися будувати близькі стосунки з особами своєї статі, то вони будуть здатні підтримувати не тільки ці одностатеві відносини, а й будувати нові, але вже з молодими людьми протилежної статі і на основі сексуального потягу. Люди досягають **пізньої юності**, коли вони стають здатними будувати близькі стосунки з сексуально привабливим для них людиною. На жаль, не всі люди досягають цієї стадії розвитку. Деякі люди так на все життя і залишаються нездатними любити людину, до якого вони відчують сильний сексуальний потяг. Період пізньої юності досягає свого піку в зрілості - стадії, яка характеризується наявністю стійких любовних взаємин.