

**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 № 6. *Уявлення про особистість в гуманістичній психології.*

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. Загальна характеристика поглядів на особистість в гуманістичній психології.
2. Теорія самоактуалізації Абрахама Маслоу.
3. Феноменологічна теорія особистості Карла Роджерса.

Рекомендована література:

Основна:

1. Москалець В.П. Психологія особистості: навчальний посібник. – Центр учбової літератури (ЦУЛ), 2013. – 262 с.
2. Столяренко О.Б. Психологія особистості : навч. Посібник. – Київ: Центр учб. літ., 2018. – 279 с.
3. Фурман А.А. Психологія особистості: ціннісно-орієнтаційний вимір: монографія. – Одеса:ОНПУ;Тернопіль: ТНЕУ, 2016. – 311 с.

Допоміжна:

4. 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

Загальна характеристика гуманістичного напрямку

У гуманістичній психології людину розглядають як свідому і розумну істоту, активного творця *власної* особистості та свого стилю життя. Людина визначається прагненням до самовдосконалення. Сама сутність людини зумовлює її постійний рух до творчості й самодостатності, якщо цьому процесу не перешкоджають обставини.

Прихильників гуманістичних теорій особистості насамперед цікавить те, як людина сприймає, розуміє і пояснює реальні події у своєму житті. Вони описують феноменологію особистості, а не шукають їй пояснення; тому теорії даного типу іноді називають феноменологічними. Описи особистості і подій у її житті тут в основному зосереджені на дійсному життєвому досвіді, а не на минулому або майбутньому, подаються в термінах типу "сенс життя", "цінності", "життєві цілі" тощо.

Найбільш відомими представниками цього підходу до особистості є А. Маслоу, К. Роджерс та В. Франкл, Р. Мей. Маслоу одним із перших піддав ґрунтовній критиці психоаналіз та біхевіоризм за їхні песимістичні та принизливі концепції особистості. Він вважав, що теорія Фрейда

перебільшує негативні патологічні сторони людського життя і значно недооцінює позитивні здорові аспекти самореалізації особистості, її творчі конструктивні можливості, її моральні чесноти. Маслоу висловлювався досить гостро, зокрема зазначав, що неможливо зрозуміти психічну хворобу, якщо немає розуміння психічного здоров'я. Він з усією прямоотою заявляв, що вивчення нездорових, погано адаптованих, недорозвинutih людей може в результаті призвести до створення тільки "спотвореної психології". Маслоу доводив, що теорія особистості має розглядати не лише глибини особистості, а й висоти, які вона може досягати: "Психоаналіз представляє людину якимось неповноцінним створінням, з якого тут і там випирають дошкульні риси та недоліки, без яких її опис був би неповним... Практично вся діяльність, якою може пишатися людина і в якій полягає сенс, багатство і цінність її життя, - все це Фрейд або ігнорує, або переводить у розряд патологічного".

К. Роджерс, будучи гуманістичним психологом, все ж своїми поглядами відрізнявся від Маслоу за кількома ключовими позиціями. Він вважав, що особистість та її поведінка є функцією унікального сприйняття оточення, а Маслоу постулював, що особистість та її поведінка визначаються і регулюються ієрархією потреб і не зважав на феноменологію особистості. Позиція Роджерса склалася на основі роботи з людьми, які мали проблеми та шукали психологічної допомоги. У своїй роботі Роджерс був зосереджений на пошуку терапевтичних умов, що сприяють самоактуалізації, й екстраполював свої висновки на загальну теорію особистості. Маслоу ж ніколи не займався терапією. З принципових міркувань Маслоу зосередився на вивченні лише здорових людей, процеси розвитку також були ним проігноровані. Роджерс охарактеризував процеси розвитку особистості в розкритті її вродженого потенціалу. Маслоу обмежився лише визнанням того, що існують певні "критичні стадії" життєвого циклу, в контексті яких особистість більшою мірою підвладна фрустрації потреб. У чому обидва титани гуманістичної психології були єдині, то це у своєму баченні, що особистість прагне рухатися вперед і за сприятливих обставин повністю реалізує свій вроджений потенціал, демонструючи справжнє психічне здоров'я.

Теорія самоактуалізації Абрахама Маслоу

Американський психолог А. Маслоу (1907-1970) - один із основоположників гуманістичної теорії, головною характеристикою особистості вважав потяг до самоактуалізації, самовираження, до творчості та любові, в основі яких лежить гуманістична потреба нести людям добро. Він стверджував, що людині не властиві природжені інстинкти жорстокості й агресії, як вважав З. Фрейд. Навпаки, в них закладено інстинкт збереження своєї популяції, що змушує людей допомагати одне одному. Потреба в **самоактуалізації** своїх можливостей і здібностей властива здоровій людині, а найбільшою мірою - видатним людям. Суспільство може процвітати, якщо воно знаходить шляхи розвитку здорових, сильних, розумово повноцінних

особистостей. Поступ суспільства відбувається не революційним шляхом, не соціальними перетвореннями, а задоволенням гуманістичних потреб людини.

За А. Маслоу, ядро особистості утворюють гуманістичні потреби в добрі, моральності, доброзичливості, з якими народжується людина і які вона може реалізувати за певних умов. Однак, ці потреби в самоактуалізації задовольняються лише під час задоволення інших потреб і передусім фізіологічних. Більшості ж людей не вдається досягти задоволення навіть нижчих потреб. **Ієрархія потреб**, згідно з Маслоу, охоплює:

- фізіологічні потреби;
- потреби в безпеці;
- потреби в любові й прихильності;
- потреби у визнанні та оцінці;
- потреби в самоактуалізації - реалізації здібностей і талантів.

1. *Фізіологічні потреби.* Потреби цього рівня - це потреби фізичною виживання: в їжі, воді, кисневі, сні, активності, захисті від екстремальних температур, сенсорній стимуляції. Це основні, найбільш сильні і невідкладні потреби. Якщо людина не задовольнить цих потреб на якомусь мінімальному рівні, вона не буде зацікавленою в потребах вищих рівнів ієрархії. Окреслені потреби мають і таку характерну рису: якщо одна з цих потреб залишається незадоволеною, вона дуже швидко стає настільки домінуючою, що всі інші потреби відходять на задній план.

2. *Потреби безпеки та захисту.* До цього рівня належать потреби в організації, в законі і порядку, в прогнозованості подій, у відсутності таких загрозливих сил, як хаос, хвороби, страх. Слід підкреслити, що умови стабільності, надійності, прогнозованості надзвичайно важливі для розвитку особистості дитини. Не менш суттєвими потреби безпеки є для дорослих здорових людей. Здорова людина прагне надійності в роботі, умовах зарплати. Пошуками безпеки мотивовані такі дії людей, як створення накопичувальних рахунків, придбання страхових полісів.

3. *Потреби належності та любові.* Люди гостро переживають муки самотності, відсутність друзів і близьких або соціальне відчуження. Для здорового почуття власної гідності людині дуже важливо, щоб її визнавали інші та вважали гідною поваги. Любов є основною передумовою здорового розвитку особистості. Маслоу зробив висновки про існування суттєвої кореляції між щасливим дитинством та психічним здоров'ям дорослої людини.

4. *Потреби самоповаги.* Потреби самоповаги Маслоу поділив на дві групи: самоповага та повага інших. Особистості важливо усвідомлювати, що вона гідна самоповаги, може справлятися із завданнями та вимогами життя. Другий тип потреб характеризується таким категоріями, як престиж, визнання, репутація, статус, оцінка, прийняття у соціальному оточенні. У такому випадку для особистості важливо знати, що те, що вона робить, визнано та високо оцінюється значимими людьми. Задоволення потреб цього рівня породжує почуття впевненості у собі, розвиває почуття власної гідності

та усвідомлення, що особистість є корисною та необхідною в цьому світі. Маслоу підкреслював, що здорова самоповага ґрунтується на заслуженій повазі інших людей, а не на славі, лестощах чи соціальному статусі.

5. *Потреби самоактуалізації, або потреби особистого самовдосконалення.* Самоактуалізація визначається Маслоу як бажання людини максимально розвинути свої здібності, цілком розгорнути закладений природою потенціал. У процесі самоактуалізації особистість стає саме такою, якою вона може бути, і досягає вершини своїх можливостей.

Одним із найслабших положень у теорії Маслоу є те, що дані потреби знаходяться у заданій ієрархії і "вищі" потреби (наприклад, в самоактуалізації) виникають лише після того, як задовольняються більш елементарні, наприклад, фізіологічні потреби. Не лише критики, але і послідовники Маслоу доводять, що дуже часто потреба в самоактуалізації домінує і визначає поведінку особистості, незважаючи на те, що її фізіологічні потреби залишилися незадоволеними.

Самоактуалізації досягає лише невелика кількість людей, вважає Маслоу. Самоактуалізованій особистості притаманні такі риси:

- повне схвалення реальності й комфортне відношення до неї (не ховатися від життя, а знати, розуміти його);
- схвалення інших і себе ("Я роблю своє, а ти - своє. Я в цьому світі не для того, щоб відповідати твоїм очікуванням. І ти в цьому світі не для того, щоб відповідати моїм очікуванням. Я є я, ти є ти. Я поважаю і приймаю тебе таким, яким ти є");
- професійне захоплення улюбленою справою, орієнтація на завдання, на справу;
- автономність, незалежність від соціального середовища, самостійність думок;
- здатність до розуміння інших людей, увага, доброзичливість до людей;
- постійна новизна, свіжість оцінок;
- розрізнення мети і засобів, зла і добра (не будь-який засіб придатний для досягнення мети);
- спонтанність, природність поведінки;
- гумор;
- саморозвиток, вияв здібностей, потенційних можливостей, самоактуалізуюча творчість у роботі, любові, житті;
- готовність до розв'язання нових проблем, до усвідомлення власного досвіду, справжнього розуміння своїх можливостей.

Фундаментальною позицією гуманістичної психології є визнання пріоритетності творчого потенціалу людини. Маслоу перший висловив тезу, що творчість є універсальною характеристикою людини, її невід'ємною сутністю. Творчі здібності притаманні людині від народження. Це природно для людини такою ж мірою, як птахам літати, а деревам - вкриватися листям. Здатність до творчості закладена в кожному з нас, для творчості не потрібні якісь особливі обдарування або навички. Щоб бути творчими, немає потреби

писати книги, картини або komponувати музику. Так робить лише невелика кількість людей. Творчість - універсальна функція людини, що передбачає всі види саморозкриття. Творчими можуть бути люди будь-яких професій у своїй діяльності та побуті. Однак, більшість людей протягом життя втрачають здатність до творчості. Особливо руйнівні чинники творчого потенціалу пов'язані з офіційною освітою. Деградації особистості сприяють психологічні і соціальні чинники. Етапи деградації особистості за теорією Маслоу:

- формування психології "пішака", глобального відчуття своєї залежності від інших сил (феномен "безпорадності");
- створення дефіциту благ, у результаті чого вони стають первинними потребами в їжі та виживанні;
- створення "чистоти" соціального оточення - поділ людей на "добрих" і "поганих", "своїх" і "чужих", відчуття провини і сорому за себе;
- створення культу "самокритики";
- збереження "священих основ" (заборонено навіть замислюватися над провідною ідеологією);
- формування спеціалізованої мови (складні проблеми спресовуються у короткі, надзвичайно прості вирази, які легко запам'ятати).

Теорія Маслоу відповідає потребам сучасної людини, її прагненням до творчості, до розкриття свого потенціалу, вона бере до уваги позитивні аспекти особистого життя і переконує, що кожна людина володіє потенціалом внутрішнього розвитку та самовдосконалення.

Феноменологічна теорія Карла Роджерса

На відміну від більшості інших концепцій, у яких затверджується цінність майбутнього (Адлер) або вплив минулого (Юнг, Фрейд), американський психолог К. Роджерс (1902-1987) підкреслював значення сьогодення і говорив про те, що люди повинні навчитися усвідомлювати і цінувати кожен момент свого буття, знаходячи у ньому щось прекрасне і важливе. Лише тоді життя розкриється в своєму дійсному значенні і лише в цьому випадку можна говорити про повноцінне функціонування особистості.

Однією з важливих особливостей теорії Роджерса є феноменологічний підхід до особистості, згідно з яким, основою особистості виступає психологічна реальність, тобто суб'єктивний досвід, відповідно до якого інтерпретується дійсність. Визначальну роль у поведінці людини відіграє її здатність пізнавати світ і створювати на цій основі суб'єктивну реальність, тобто реальність свідомо сприйняту особистістю в даний момент часу. Прибічники феноменологічного підходу заперечують, що довколишній світ існує як об'єктивна реальність сама по собі, незмінна для всіх.

Фундаментальне поняття теорії Роджерса - "Я-концепція", що складається із сприйняття себе і своїх взаємин з іншими людьми, а також з цінностей "Я". Я-концепція включає не лише сприйняття себе реального, але також і уявлення про те, якою би людина хотіла бути. Не зважаючи на те, що "Я" людини постійно

змінюється в результаті досвіду, уявлення людини про себе залишається відносно постійним.

Згідно теорії К.Роджерса, основною рушійною силою функціонування особистості є тенденція до **самоактуалізації** тобто потреба людини реалізувати свої природні потенційні можливості. Люди здатні визначати свою долю, вони відповідальні за те, які вони є, тобто свобода самовизначення закладена в їхній природі. Для людей природно рухатися в напрямку дедалі більшої диференціації, автономності, зрілості.

У тенденції самоактуалізації дуже важливою є потреба людини як у позитивній увазі з боку інших, так і у позитивному ставленні власне до себе. Потреба в позитивній увазі інших робить людину вразливою до впливу соціального схвалення. Потреба в позитивному самоставленні задовольняється, якщо людина вважає свою поведінку відповідною власній я-концепції.

У розвитку особистості, згідно теорії Роджерса, вагомим фактором є ставлення до особистості значущих людей, перш за все батьків. Таке ставлення Роджерс поділив на **два типи**: *безумовна позитивна увага* та *обумовлена позитивна увага*.

У *першому випадку* дитина отримує від значущих інших повне прийняття і пошану, а її я-концепція, що формується, відповідає всім природним потенційним можливостям. У *другому випадку* дитина стикається з прийняттям одних і відхиленням інших форм поведінки. Позитивна увага подається з умовою. (Наприклад: "Я тебе любитиму, якщо ти будеш хорошим", а я-концепція дитини не відповідає природженим потенційним можливостям, зазнає тиску соціуму. У дитини формуються оціночні поняття про те, які з її дій і вчинків гідні пошани і прийняття, а які ні.

Залежно від того, яку увагу отримувала людина протягом життя, формується той або інший тип особистості. За Роджерсом, існує два протилежні типи особистості: **"повноцінно функціонуюча"** і **"неприспосована"**. Перша отримувала безумовну позитивну увагу. Її характеризує схильність до екзистенційного способу життя (гнучкість, адаптивність, спонтанність, індуктивне мислення), організмична довіра (інтуїтивний спосіб життя, впевненість у собі), емпірична свобода (суб'єктивне відчуття свободи волі) і креативність (схильність до створення нових і ефективних ідей і речей). Другий тип відповідає людині, що отримувала обумовлену позитивну увагу. Вона має умовні цінності, її я-концепція не відповідає потенційним можливостям, її поведінка обтяжена захисними механізмами. Вона живе згідно заздалегідь представленому плану, ігнорує свій організм, не довіряючи йому, відчуває себе швидше керованою, ніж вільною, швидше конформною, ніж творчою.

Порушеннями Я-концепції пов'язані основні форми психопатології особистості. Так, якщо поведінка людини не узгоджується з її я-концепцією, вона відчуває тривогу, яка не повністю усувається її психологічним захистом і спричиняє розвиток неврозу. При значній невідповідності між "Я" і переживаннями захист може виявитися неефективним і я-концепція руйнується.

Відкриття Роджерса пов'язані не лише з новим поглядом на самоактуалізацію і самооцінку людини, але і з його підходом до психокорекції. Карл Роджерс стверджує, що основний бар'єр, який заважає людям спілкуватись, - це природна тенденція обговорювати, оцінювати, схвалювати чи засуджувати поведінку чи твердження інших. Створений ним напрямок психотерапії отримав назву клієнтцентована терапія, одним із принципів якої є безоцінне сприйняття клієнта і його проблем.

Висновки: У феноменологічному напрямі центральне місце посідає ствердження, що поведінку людини можна зрозуміти лише в термінах його суб'єктивних переживань.

Феноменологічний підхід передбачає, що люди здатні будувати свою долю і що вони, за своєю суттю, є цілеспрямованими, заслуговують на довіру і самовдосконалюються.

Згідно теорії К.Роджерса, основною рушійною силою функціонування особистості є тенденція до самоактуалізації тобто потреба людини реалізувати свої природні потенційні можливості.

Для людей природно рухатися в напрямку дедалі більшої диференціації, автономності, зрілості/

Основні поняття теорії К. Роджерса					
Структура	Процес	Зростання та розвиток	Патологія	Зміни	Конкретний приклад
Я (self), ідеальне Я	Самоактуалізація, конгруентність Я-концепції та досвіду, неконгруентність і захисне викривлення та заперечення	Конгруентність та самоактуалізація проти неконгруентності та психологічного захисту	Захисне збереження Я-концепції, неконгруентність	Терапевтична атмосфера, конгруентність, безумовне позитивне оцінювання, емпатичне розуміння	Місіс Оук

Питання для підготовки до семінарських занять.

1. Уявлення про особистість в гуманістичному підході.
2. Теорія самоактуалізації Абрахама Маслоу:
 - мотиваційні сили особистості, дефіцитарні мотиви та мотиви зростання,
 - уявлення про психологічне здоров'я,
3. Феноменологічна теорія особистості Карла Роджерса:
 - уявлення про сутність особистості,

- Я-концепція,
- мотивація особистості,
- уявлення про розвиток особистості, роль безумовних та умовних цінностей,
- типи особистості,
- уявлення про психічне здоров'я – повноцінно функціонуюча людина,
- уявлення про причини психопатології,
- клієнт-центрована психотерапія К.Роджерса.