

**Общая характеристика  
гуманистической  
психологии**

Гуманистическая психология впервые поставила вопросы о качественном своеобразии личности каждого человека, о возможности сознательно и целенаправленно развивать определенные стороны своего «Я», строить взаимоотношения с окружающими людьми. Эти вопросы не могли быть поставлены ранее ни в психоанализе, ни в бихевиоризме, рассматривающих развитие личности как жестко детерминированное внешними факторами — биологическими или социальными. Психоанализ игнорировал изучение индивидуального своеобразия личности и полагал ее развитие завершившимся уже в детском возрасте.

Бихевиористы обходили такие стороны личности, как ее врожденные качества, внутренняя мотивация, переживания. Попытка преодоления этих недостатков привела к появлению в 1940-х гг. новой психологической школы — гуманистической психологии.

Развитию гуманистической психологии способствовала обстановка, сложившаяся в обществе после Второй мировой войны, которая выявила и продемонстрировала не только бессознательную жестокость и агрессию человека, но и другие стороны человеческой психики, проявляющиеся в экстремальных ситуациях, такие как стойкость и сохранение достоинства в самых трудных условиях, стремление человека не утратить своей духовной уникальности. Объяснение таких личностных качеств было невозможно в терминах старой психологии и естественно-научной детерминации, поэтому лидеры гуманистической психологии обратились к достижениям философии XX в., прежде всего к экзистенциализму, изучавшему внутренний мир, экзистенцию человека.

Предметом изучения в гуманистической психологии стала внутренняя сущность личности как сплав неповторимых переживаний и качеств личности, ее духовных устремлений, интересов и индивидуальных ценностей. Так появился новый вид детерминации развития психики — психологический, объясняющий развитие человека его стремлением к самоактуализации, творческой реализации своих потенциальных возможностей.

# Основные теории гуманистической психологии:

Ученый	Движущие силы развития и структура личности	Основные достижения
Г. Олпорт	Основные и инструментальные черты, набор которых уникален и автономен.	Положение об открытости системы человек – общество. Создание первых личностных опросников.
А. Маслоу	Иерархия потребностей. Для полноценного развития личности движущей силой является потребность в самоактуализации.	Потребность в самоактуализации, механизмы идентификации и отчуждения.
К. Роджерс	«Я-концепция», в центре которой гибкая и адекватная самооценка.	Понятие личностной конгруэнтности. Создание личностно-ориентированной терапии.
В. Франкл	Поиск личностного смысла жизни, в котором способны участвовать три класса ценностей: ценности творчества; ценности переживания; ценности отношения.	Создание логотерапии. Введение понятия о нозитическом уровне существования человека.

Одним из основателей гуманистической психологии является американский психолог **Гордон Уиллард Олпорт** (1897—1967). Важным постулатом теории Олпорта, изложенным в его книге «Личность: психологическая интерпретация» (1937), было положение о том, что личность является открытой и саморазвивающейся системой. Ученый исходил из того, что человек—существо в первую очередь социальное, а не биологическое и поэтому не способен развиваться без контактов с окружающими людьми. Социальная среда не может рассматриваться как изначально антагонистическая, враждебная по отношению к человеку.

Олпорт проводит различия между адаптацией и развитием. В основе психического развития, по мысли Олпорта, лежит не стремление приспособиться к окружающему миру, а потребность достижения новых вершин путем нарушения равновесия, потребность в постоянном самосовершенствовании. Одним из первых Олпорт заговорил об уникальности, неповторимости каждого человека, поскольку тот является носителем своеобразного сочетания качеств, потребностей, которые Олпорт называл *trite* — черта. Личностные черты, или потребности, он разделял на основные и инструментальные.

Основные черты являются врожденными (генотипическими) и стимулируют поведение человека, а инструментальные (фенотипические) черты формируются в течение жизни. Сплав этих черт составляет неповторимое и уникальное ядро личности.



Основные черты, потребности могут видоизменяться, развиваясь в процессе жизни. Общество может стимулировать развитие одних черт, потребностей ребенка и тормозить другие, поэтому несформированная личность ребенка является еще неустойчивой и зависимой от общества. Постепенно формируется уникальный набор качеств, который лежит в основе «Я». У взрослого человека, осознающего свою индивидуальность, черты становятся автономными и не зависят ни от биологических потребностей, ни от давления общества; Зрелая личность характеризуется одновременно своей открытостью для общества и готовностью сохранять свою индивидуальность.

Олпорт разрабатывал также методы системного исследования психики человека. В создании своих методов он исходил из положения о том, что определенные черты личности существуют у каждого человека, различаясь в уровне их развития и месте в структуре личности. Наибольшую известность среди разработанных им опросников приобрел многофакторный опросник Миннесотского университета (MMPI), который используется в настоящее время с рядом модификаций и выделяется своей системностью и наличием объективных ключей для расшифровки. Олпорт считал, что данные анкеты должны дополняться результатами совместного наблюдения. Кроме того, он пришел к выводу, что интервью является более надежным методом и дает больше информации, чем анкета.