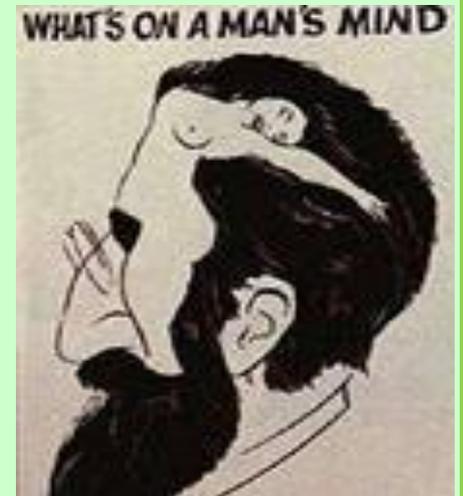


# история психологии

## ПСИХОЛОГИЯ ПОСТФРЕЙДИЗМА



## Учебные вопросы:

- **1) индивидуальная психология А. Адлера;**
- **2) концепция неврозов К. Хорни;**
- **3) аналитическая психология К.Г. Юнга;**
- **5) Интерперсональная теория психиатрии Гарри Салливана;**
- **4) эго-психология Э. Эриксона.**

- **А. Адлер: индивидуальная психология**
- **(от лат. «неделимый»).**

- **Основные понятия:**

- **1) фиктивный финализм;**
- **2) чувство неполноценности и его компенсация;**
- **3) стремление к превосходству;**
- **4) стиль жизни;**
- **5) социальный интерес;**
- **6) творческое «Я»;**
- **7) порядок рождения.**

- **Человек – существо социальное, а не сексуальное. Его следует изучать как единое целое, а не сумму каких-либо частей.**



## Фиктивный финализм

**Фикции – имеющиеся у людей представления об устройстве и правилах окружающего мира, которые не соответствуют действительности, но выполняют ориентирующую функцию в онтогенезе.**

**Например: «лень до добра не доводит», «лучше быть бедным, но честным», «Бог все видит»...**

**Для понимания поведения ожидания человека важнее его детских переживаний. Особое значение имеют представления о финальных целях (фикциях).**

**Невротик (в отличие от здорового человека) не способен освободиться от фикций, даже если они неэффективны.**



## Стремление к превосходству.

Людьми движет врожденное стремление к «совершенной исполненности» к чувству превосходства над другими



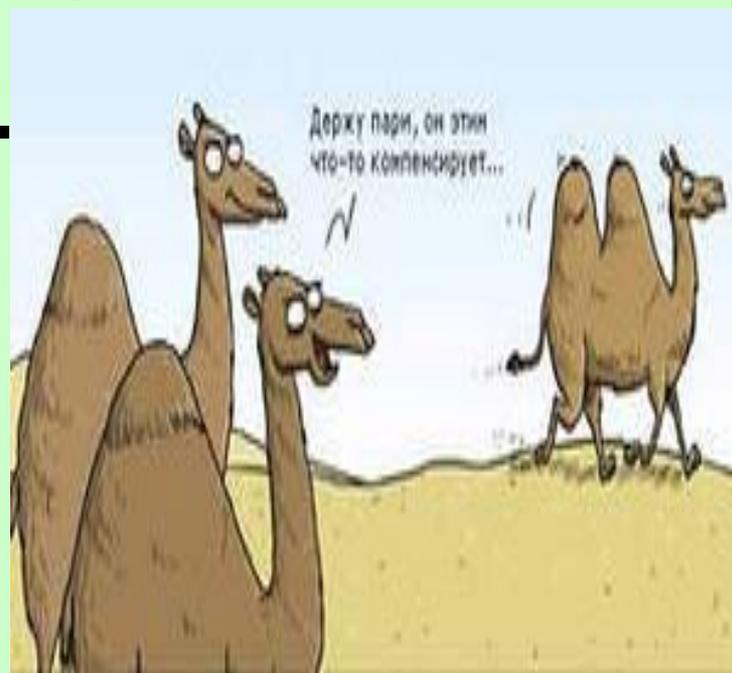
Оно может выражаться разными способами. Невротик при этом преследует сугубо эгоистические цели. Цели здорового человека в первую очередь социальные.



## Чувство неполноценности и его компенсация

**Это причина совершенствования человека, движущая сила его развития.**

**Чувство неполноценности может стать чрезмерным из-за болезней ребенка, тотальной сверхзаботы или отвержения родителями. Тогда речь идет о комплексе неполноценности, в дальнейшем почти не поддающимся компенсации.**



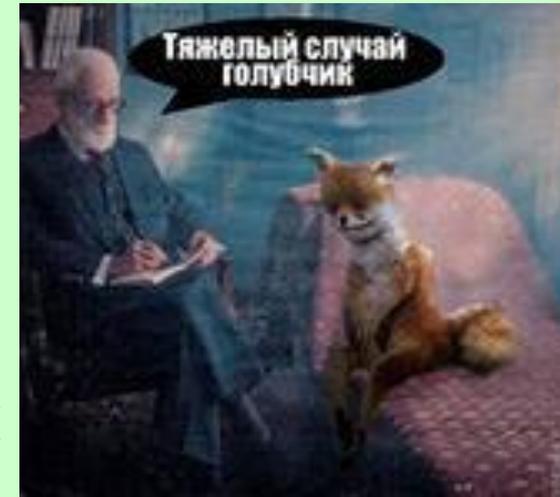
- Социальный интерес.
- Это врожденный потенциал, нацеленный на кооперацию с другими людьми, на достижение личных и общественных целей. Развивается в детстве, по мере накопления опыта. У невротиков ослаблен. Ими движут, преимущественно, эгоистические интересы.



- **Жизненный стиль** – ведущий принцип, объясняющий уникальность человека. Включает в себя характерные поведенческие приемы, при помощи которых люди компенсируют свою неполноценность, реальную или мнимую, а также стремятся к превосходству.
- **Управляющий тип**. Самоуверенные и напористые с незначительным социальным интересом. Активны, но не в социальны.
- **Берущий тип**. Относятся к миру паразитически, удовлетворяя большую часть потребностей за счет других. Нет особого социального интереса и активности. Основная забота - получить от других как можно больше.
- **Избегающий тип**. Нет ни социального интереса, ни активности. Скорее, опасаются неудачи, чем стремятся к успеху. Жизнь характеризуется социально-бесполезным поведением, бегством от проблем.

## ○ Социально-полезный тип.

- **Воплощение зрелости. В нем соединены высокая степень социального интереса и высокий уровень активности. Такой человек проявляет истинную заботу о других и заинтересован в общении с ними. Он успешно решает три основные жизненные задачи, связанные с работой, дружбой и любовью.**
- **Человек осознает, что решение этих жизненных задач требует сотрудничества, личного мужества и готовности вносить свой вклад в благодеяние других.**



Творческое «Я» - активное начало человеческой жизни. То, что творит личность из наследственности и опыта. То, что придает жизни смысл, способствует осознанию цели и способов ее достижения.



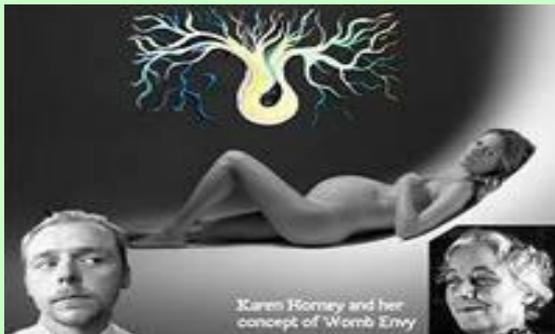
Невроз - это «естественное, логическое развитие индивидуума, сравнительно неактивного, эгоцентрически стремящегося к превосходству и поэтому имеющего задержку в развитии социального интереса, что мы наблюдаем постоянно при наиболее пассивных, изнеженных стилях жизни...» (А. Адлер).

## Карен Хорни:

Базальная тревожность - «чувства ребенка одинокого и беззащитного в потенциально враждебном ему мире».

Это всеобъемлющее, глубокое чувство одиночества и беспомощности. Следствие ошибок в воспитании: подавления ребенка, недостатка заботы и любви, неустойчивого поведения родителей. Позже становится основой для неврозов.

Основная потребность детства - быть любимым, желанным, защищенным от опасностей или враждебного мира.



Зависть к способности к деторождению лежит в основе стремления мужчин принизить женщину, ограничить ее роль в социальной жизни.

**Невротические потребности – выработанные личностью поведенческие стратегии, призванные обеспечить защиту от тревоги.**



**Они ненасыщаемы, нереалистичны, безразличны к объектам удовлетворения и неэффективны.**

**Идеализированная самооценка невротика создает искаженный образ «Я».**

**1. В любви и одобрении. Характеризуется стремлением доставлять другим удовольствие и соответствовать их ожиданиям. Человек живет ради хорошего мнения о нем окружающих. Он крайне чувствителен к любому признаку отвержения, критики и недружелюбия. Ненасытное стремление быть любимым и одобряемым.**

**2. В опекуне или руководящем партнере. Переоценивает любовь и чрезвычайно боится быть брошенным, остаться в одиночестве. Чрезмерная зависимость от доминантного партнера.**

- **3. В жизненных ограничениях.** Такой человек нетребователен, довольствуется малым, старается быть незаметным, превыше всего ценит скромность, установленный порядок, возможность подчинения другим.
- **4. В силе.** Потребность проявляется в стремлении к силе ради нее самой, неуважении к другим, презрении к слабости. Варианты - попытки управлять другими посредством интеллектуального превосходства и потребность веры во всемогущество воли. Доминирование и контроль над другими как самоцель.
- **5. Стремление эксплуатировать других.** Боязнь быть используемым другими.
- **6. В значимости.** Самооценка определяется уровнем публичного признания. Представление о себе формируется в зависимости от социального статуса.



7. Быть объектом восхищения. У таких людей искаженный, приукрашенный образ себя, лишенный недостатков. Хотят, чтобы ими восхищались в соответствии с ним, а не с тем, чем они являются на самом деле. Потребность в комплиментах и лести со стороны окружающих.

8. В честолюбии. Сильное стремление к личным достижениям. Такие люди хотят быть лучше всех и побуждают себя к все большим успехам. Страх неудачи.



9. В самодостаточности и независимости.

Разуверившись в возможности теплых, приносящих удовлетворение отношений с другими, человек отказывается от привязанностей, становится "одиночкой". Избегание любых отношений, предполагающих взятие на себя каких-либо обязательств; дистанцирование от всех.

**10. В совершенстве и безупречности.** Боясь совершить ошибку и подвергнуться критике, люди с этой потребностью стараются стать непогрешимыми во всех отношениях. Они постоянно ищут в себе пороки с тем, чтобы замаскировать их прежде, чем заметят окружающие. Поддержание впечатления совершенства и добродетели.

**Три группы:**

- **1) услужливая личность** - испытывает потребность быть рядом с другими людьми, тянется к людям, сильна потребность в одобрении и любви со стороны доминантного партнера;
- **2) отрешенная личность** - потребность в одиночестве, бежит от людей, стремится к независимости и совершенству, ведет замкнутый образ жизни;
- **3) агрессивная личность** - нуждается в противодействии людей, тянется к власти, престижу, нуждается в восхищении, успехе и подчинении других.

## Карл Густав Юнг: аналитическая психология



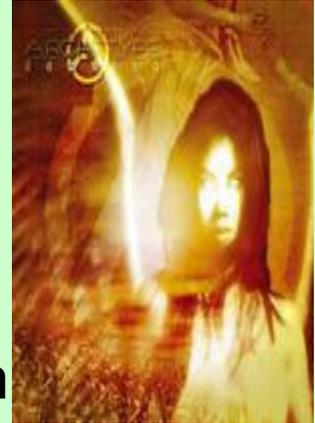
**Выделял два уровня бессознательного. Личное бессознательное, состоящее из всех воспоминаний, импульсов и желаний, нечетких восприятий и другого опыта, подвергшегося вытеснению или просто забытого. Его содержание сгруппировано в определенные тематические комплексы.**

**Комплекс – это группа чувств, мыслей, перцепций, воспоминаний. Его ядро действует как своего рода магнит, притягивающий близкие переживания. Комплекс может вести себя как самостоятельная личность с собственной ментальной жизнью. Он может захватить контроль над личностью и использовать психику в собственных целях.**



**Коллективное бессознательное содержит в себе аккумулярованный опыт прошлых поколений, включая и животных предков.**

**Архетипы - врожденные тенденции внутри коллективного бессознательного. Являются внутренними детерминантами психической жизни. Они направляют действия человека в определенное русло, в чем-то схожее с тем, как вели себя в подобных ситуациях на предки.**



**Они нередко связаны с важнейшими моментами жизненного опыта (рождение и смерть, детство, юность), а также с реакцией на смертельную опасность.**



**Их следы можно найти в невротических симптомах, мифах, символике архаичных культур, художественных образах, сновидениях.**

**Архетип** – постоянный «осадок» переживаний и восприятий, стабильно повторяющихся на протяжении многих поколений.

**Примеры архетипов:** рождения, смерти, власти, волшебства, целостности, героя, ребенка, Бога, мудрого старца, матери-земли, животного.

**Важнейшие архетипы:**

**«Персона»** - маска, которую мы одеваем при общении с другими. Субъект ролевого поведения.



**«Анима»** - отражение феминных черт в мужском характере.

**«Анимус»** – отражение маскулинных черт в женском характере.

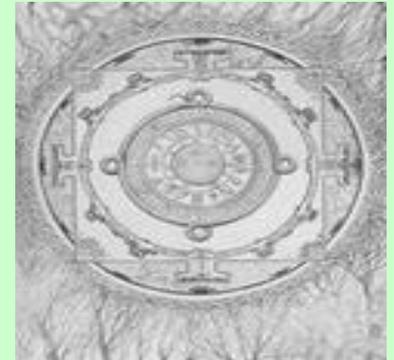
**«Тень»** - это некая обратная, темная сторона Я. Наследие низших форм жизни.



**Совокупность всех аморальных, неистовых, страстных и абсолютно неприемлемых желаний и поступков.**

**Итак, «Тень» - наиболее примитивная часть нашей природы. Однако она имеет и позитивную сторону. «Тень» - источник спонтанности, творческого порыва, внезапных озарений и глубоких эмоций.**

**«Я» или «Самость». Сочетая и гармонизируя все аспекты бессознательного, «Я» создает единство и стабильность личности. Юнг сравнивал его с порывом или стремлением к самоактуализации, что определяет целостность и наиболее полное раскрытие возможностей личности.**



**«Самость» побуждает стремиться к целостности. Проявляется после преодоления кризиса середины жизни (35-40 лет).**

**Христос и Будда – наиболее отчетливые персонификации этого архетипа.**

**Экстраверты** - люди, направляющие либидо (жизненную энергию) вовне, на внешние события и других людей. Они обычно подвержены воздействию окружения, легко приспосабливаются к обществу, в котором живут, уверены в себе в широком диапазоне различных ситуаций.



**У интровертов** либидо направлено на внутренний мир. Такие люди склонны к созерцательности, интроспекции. Они мало поддаются внешним влияниям, менее уверены во взаимоотношениях с другими людьми и внешним миром, отличаются сниженной социальной адаптацией.



## Психологические типы.

По Юнгу, все личностные различия проявляют себя в четырех основных функциях: мышлении, чувствах, ощущении и интуиции.

Мышление представляет собой концептуальный процесс, ведущий к осознанию значения и пониманию.

Чувства - это субъективный процесс взвешивания и оценивания.

Ощущения образуют сознательное восприятие физических объектов.

Интуиция включает в себя восприятие на бессознательном уровне.



**Мышление и чувства образуют рациональный уровень восприятия мира, поскольку включают в себя причинные суждения.**

**Ощущение и интуиция же, напротив, представляют собой нерациональный уровень, поскольку не предполагают использования понятия причины.**

**Внутри каждой пары таких функций только одна может доминировать. Подобная доминирующая функция в сочетании с той или иной психологической направленностью (интроверсия-экстраверсия) образует восемь психологических типов (например, экстравертный мыслительный тип, или интровертный интуитивный тип).**

**Соционика – концепция типов личностей и их взаимоотношений, сформировавшаяся на постсоветском пространстве в виде отдельной науки (А. Аугустинавичюте).**

## Гарри Стек Салливан

### Интерперсональная теория психиатрии.



- **Личность – гипотетическая сущность, абстракция, обозначающая лишь совокупность стратегий межличностного поведения.**
- **«Это относительно устойчивый рисунок периодически возникающих межличностных ситуаций, характеризующих жизнь человека».**
- **Личность образуется не внутрипсихическими событиями, а межличностными. Поэтому единица анализа – не личность, а ситуация межличностного взаимодействия.**

**Основная задача личности состоит в редукции энергетического напряжения.**

**Два основных источника напряжения:**

- 1) потребности организма;**
- 2) тревога как воспринимаемая угроза безопасности.**



**Тревога имеет обучающее воздействие...**

**Энергия трансформируется посредством ментальной или физической работы.**

**Динамизм – мельчайшая единица изучения индивида, стабильный и регулярно повторяющийся рисунок поведения. Привычное действие, «устойчивый рисунок энергетических трансформаций».**

**Динамизмы недоброжелательства, вожделения, страха и т.п.**

**Я-система** – «страж безопасности», санкционирующий одни формы поведения («я хороший») и запрещающий другие («я плохой»).

Защищает от тревоги, но при этом препятствует объективной оценке собственного поведения и установлению конструктивных отношений.

**Персонификации** – индивидуальные образы себя или других. Комплекс чувств, отношений, представлений. Затрудняют объективную оценку происходящего, действуя как социальные стереотипы.

Три вида переживаний: прототаксические, паратаксические и синтаксические.

**Прототаксическое – поток «сырых» ощущений, образов, чувств, не связанных между собой, что характерно для психики младенца.**

**Паратаксический способ мышления - усмотрение причинных отношений между событиями, которые возникают почти одновременно, но между собой не связаны.**

**Синтаксическое мышление основано на использовании признанных, разделяемых другими форм символической деятельности, особенно вербальной. Дает возможность общаться и структурировать собственные переживания.**

## **Шесть стадий развития личности по Салливану:**

**1) младенчество; 2) детство; 3) ювенильная эра; 4) пред-юность; 5) ранняя юность; 6) поздняя юность.**

**Младенчество (до появления речи). Оральная зона. Кормление как межличностный опыт. Появление первых динамизмов (апатии и др.), переход от прототаксического к паратаксическому способу познания; образование персонификаций (плохая, тревожная, отвергающая, фрустрирующая мать...), организация опыта посредством научения и возникновение зачатков Я-системы; дифференциация тела ребенка, что позволяет научиться удовлетворять свое напряжение; освоение координированных движений, включая движение глаза и руки, руки и рта.**

**Детство** (до появления потребности в товарищах по играм)

**Овладение языком и синтаксической организации переживаний. Усложнение системы персонификаций. Интеграция Я-системы в сложное целое. Трансформация к недоброжелательности мира. Сублимация и символические представления как средство против тревоги.**

**Ювенильная эра** (охватывает большую часть школьной жизни). Это период социализации, обретения опыта социальной субординации, усвоения конкуренции и кооперации, самоконтроля, развития сублимации, общей жизненной ориентации.

**Пред-юность** – доминирует потребность в дружбе, отношения партнерства и равенства со взрослыми.

**Ранняя юность** – гетеросексуальная активность, динамизм вожделения, отделение эротической потребности от потребности в близости.

**Поздняя юность** – до полного становления зрелого репертуара межличностных отношений. Синтаксическое развитие опыта, стабилизация Я-системы, расширение символических горизонтов. Начало взрослости.

**Метод «соучаствующего наблюдения».**

**«Психиатрическое интервью».** Его четыре стадии:

- формальное начало;
- рекогносцировка;
- детальное расследование;
- завершение.

**«Общение двух людей с помощью голоса».**

## Эрик Эриксон: Эго-психология

Центром анализа считал не Оно, а Я, отвечающее за социальную адаптацию и развитие компетентности.

Распространил развитие «Я» на всю жизнь Индивида, выделив конкретные этапы (эпигенетическая концепция).

Рассматривал личные и социальные кризисы как вызовы, приводящие индивида к преодолению препятствий, личностному росту.

Ввел понятие кризиса идентичности - неспособности достичь к юности идентичности Эго (интеграции представлений о том, «кто я есть» и «кем хочу быть»). Тот, кто его не преодолел, выпадает из нормального течения жизненных процессов или приобретает негативную идентичность.



**Эпигенетическая концепция (от греч. «после» и «рождение, зарождение»).**

**Эриксон выделил восемь стадий («возрастов») психосоциального развития Эго, каждый из которых сопровождается кризисом, «поворотным моментом», возникающим из-за неспособности решать новые задачи старыми способами.**

**Если кризис разрешен – «Я» приобретает позитивный компонент (например, «базальное доверие и автономию»).**

**Если не разрешен – негативный компонент (базальное недоверие, стыд, сомнение и проч.), что затрудняет последующее развитие личности.**



<b>Стадия</b>	<b>Возраст</b>	<b>Психосоциальный кризис</b>	<b>Сильная сторона</b>
<b>1.Оральнo-сенсорная</b>	<b>Рождение -1 год</b>	<b>Базальное доверие-недоверие</b>	<b>Надежда</b>
<b>2.Мышечно-анальная</b>	<b>1-3 года</b>	<b>Автономия - стыд и сомнение</b>	<b>Сила воли</b>
<b>3. Локомоторно-генитальная</b>	<b>3-6 лет</b>	<b>Инициативность - вина</b>	<b>Цель</b>
<b>4. Латентная</b>	<b>6-12 лет</b>	<b>Трудолюбие - неполноценность</b>	<b>Компетентность</b>
<b>5. Подростковая</b>	<b>12-19 лет</b>	<b>Я-идентичность - ролевое смешение</b>	<b>Верность</b>
<b>6.Ранняя зрелость</b>	<b>20-25 лет</b>	<b>Интимность - изоляция</b>	<b>Любовь</b>
<b>7.Средняя зрелость</b>	<b>26-64 года</b>	<b>Продуктивность – застой</b>	<b>Забота</b>
<b>8.Поздняя зрелость</b>	<b>65 лет-смерть</b>	<b>Я-интеграция - отчаяние</b>	<b>Мудрость</b>