

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Красноярский государственный медицинский университет
имени профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого» Министерства здравоохранения Российской
Федерации (ФГБОУ ВО КрасГМУ им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого Минздрава России)
Кафедра клинической психологии и психотерапии с курсом ПО

РЕФЕРАТ

на тему: Гуманистическая психология

Выполнила: ординатор Катаева Анна Андреевна
Проверила: к.м.н., доцент Лисняк Марина Анатольевна

Красноярск 2022

Содержание

Введение

1. История становления
2. Принципы гуманистической психологии
3. Теория личностных черт Г. Олпорта
4. Теория самоактуализации А. Маслоу
5. Понятие конгруэнтности личности в теории К. Роджерса

Заключение

Список литературы

Введение

Гуманистическая психология — ряд направлений в современной психологии, которые ориентированы прежде всего на изучение смысловых структур человека. В гуманистической психологии в качестве основных предметов анализа выступают: высшие ценности, самоактуализация личности, творчество, любовь, свобода, ответственность, автономия, психическое здоровье, межличностное общение. Гуманистическая психология в качестве самостоятельного течения выделилась в начале 60-х годов XX века, как протест против доминирования бихевиоризма и психоанализа в США, получив название третьей силы.

Идеи Адлера о важности социального контекста увели психоанализ от изучения индивидуальных факторов развития (связанных прежде всего с ранним детством) в направлении социокультурного объяснения личности. Американский психиатр К.Хорни утверждала, что именно культура ответственна за возникновение неврозов. Другой американский психиатр Х.Салливан считал, что не только неврозы, но и психозы имеют происхождение в социуме. Основоположник гуманистической психологии Э.Фромм утверждал, что человек обладает особыми потребностями, которые отсутствуют у животных и которые должны быть удовлетворены, чтобы человек был душевно здоров.

Гуманистическая психология возникла как естественное развитие взглядов Адлера, Хорни и Салливана на роль социокультурных факторов в психической деятельности. К 1960-м годам среди представителей этой школы были такие влиятельные психологи, как К.Роджерс, Э.Маслоу и Г.Олпорт. Гуманистическая психология настаивает прежде всего на важности самоактуализации (т.е. удовлетворения присущей индивиду потребности в выявлении и развитии собственно человеческих личностных черт). Другой важный принцип – необходимость анализа личности как целого.

История становления

В первой половине 20 в. возникло множество психологических школ, каждая из которых пыталась объяснить все психологические явления в терминах единой всеохватывающей системы.

Гуманистическая психология, возникнув в США в конце 1950-х гг., в своем стремлении построить новую методологию познания человека, обращена, прежде всего, против господства в американской психологии того времени естественнонаучного механистического подхода. Именно с точки зрения пафоса противостояния с психоанализом и бихевиоризмом, характерного для этого периода развития психологической науки в США, можно понять сделанное Дж. Бьюдженталем сопоставление значимости возникновения гуманистической психологии с крахом

феодализма, открытиями электричества или целого полушария Земли. Она явно противопоставила себя научной традиции, стремящейся свести психологию к изучению примитивных механизмов рефлекторного функционирования. В этот же период ряд европейских психологов развивают концепции, близкие в своей сути к гуманистическим, но именно в США, помимо идейно-теоретического дискурса, они преобразуются в широкое социальное движение, выходящее за рамки собственно психологии. С созданием в 1961—1962 гг. Американской ассоциации за гуманистическую психологию (АГП) и журнала "Гуманистическая психология" это движение оформляется в качестве самостоятельной официальной ветви психологии, ориентированной на высшие сущностные проявления человека. Отчасти такое драматичное развитие гуманистической психологии в США обусловлено общими социальными тенденциями того периода: пик движения в защиту гражданских прав, массовые демонстрации, марши протеста.

В конце 1960—начале 1970-х гг. гуманистическая психология в США переживает свой расцвет. В 1971 г. удается организовать выступление Стэнли Крипнера в Академии наук СССР. В своем докладе он отмечает общие с советской психологией точки зрения и подходы в исследовании сознания и потенциальных творческих возможностей человека. В 1972 г. с группой членов АГП он снова посещает Москву.

В России в этот период активно развивается одно из основных направлений советской психологии - деятельностный подход. Он не чужд гуманистической проблематике, как, впрочем, и остальные советские научные школы, открытые по отношению к ней. Именно в их русле формируются отечественные гуманистические концепции, не противопоставляясь другим школам и направлениям, как в Америке, а развивая и трансформируя существующие подходы.

К моменту основания в 1983 г. проекта советско-американского сотрудничества АГП с АПН СССР, из жизни уходит целый ряд признанных лидеров американской гуманистической психологии, таких как А. Маслоу, С. Джулард, Ш. Бюлер, Э. Сьютич. Тем не менее, в рамках этого сотрудничества пять делегаций АГП принимают участие в диалогах, обмене научным опытом и дружественных контактах. Состав делегаций довольно пестрый и включает не только психологов, а география их визитов ограничена преимущественно Ленинградом, Москвой и Тбилиси. В Москве основной принимающей стороной становится НИИ общей и педагогической психологии АПН СССР. Поначалу это преимущественно односторонняя активность, более того, интерес к ней проявляет ограниченный круг учреждений, однако со временем советские специалисты тоже становятся гостями ежегодных конференций АГП.

Принципы гуманистической психологии

Гуманистическая психология — направление, возникшее в начале 60-х гг. XX века в США и позиционируемое его основоположниками в качестве "третьей силы" в психологии, альтернативной психоанализу и бихевиоризму. В его основе лежит философия экзистенциализма, противопоставлявшая себя внеличному "объективному" методу научного познания. На ее базе А. Маслоу сформулировал ряд базовых принципов гуманистической психологии.

Первый из них — принцип становления — предполагает, что потенциал развития остается неисчерпанным на протяжении всей человеческой жизни — всякий раз по достижении определенной цели открываются новые возможности, имплицитно заложенные в самой личности. В силу этого человек по большому счету независим от внешних условий и свободен в выборе этих возможностей, одновременно неся всю полноту ответственности за их реализацию.

Второй принцип — принцип уникальности каждого индивида и человеческой природы — подчеркивает первостепенное значения изучения субъективного опыта конкретной личности как альтернативы поиску общих закономерностей и теоретическим обобщениям аналитических подходов в психологии. В данном аспекте гуманистическая психология смыкается с идеями Г. Олпорта. Кроме того, в этой же логике человек представляет собой совершенно особый вид живых существ, кардинально отличающийся от животных. Следовательно, использование данных, полученных в экспериментах с животными, для объяснения человеческого поведения, как это имеет место в бихевиоризме, совершенно неправомерно.

Третий принцип — принцип холизма — провозглашает подход к человеку как к единому целому. С этой точки зрения дифференциация человеческого организма и психики и изучение отдельных компонентов последней (психических процессов, поведенческих актов и т. д.) являются неоправданными и искажающими реальность.

Согласно четвертому принципу — принципу позитивного отношения к человеческой природе — все люди по природе своей предрасположены к добродетели и каждому человеку присуще творческое начало. Именно оно, с точки зрения гуманистической психологии, является главной движущей силой личности, а не бессознательные и разрушительные импульсы, как полагал З. Фрейд.

Пятый принцип — психологии психического здоровья — обосновывает необходимость концентрации внимания психологов на изучении здорового человека, поскольку, по мнению А. Маслоу, исследование исключительно психической патологии, которым ограничивались представители других школ, может дать только однобокую,

"увечную" психологию. Более того, без четких и ясных представлений о психическом здоровье невозможна по-настоящему эффективная терапия психических расстройств.

При том, что изложенные принципы, безусловно, отвечают идее гуманизма и действительно позволяют преодолеть механистичность, присущую бихевиоризму, и чрезмерную центрацию на бессознательных процессах ортодоксального фрейдизма, в чистом виде они представляются чересчур идеалистичными и абстрактными. Не случайно, декларируя свою приверженность данным принципам, А. Маслоу сконцентрировался на исследованиях мотивации, в результате которых им была разработана концепция иерархии потребностей.

Теория личностных черт Г. Олпорта

Теорию Гордона Олпорта (1897-1967) часто относят к диспозициональному направлению, согласно которому: 1) люди обладают широким набором предрасположенностей реагировать типичным образом на различные ситуации; 2) каждый единичный человек уникален, непохож по своему психическому складу (системе черт) на других людей .

В своей персонологической концепции Г. Олпорт рассматривает человека как сложную "открытую" систему, в иерархической организации которой он выделяет следующие интегративные уровни взаимодействия индивида с миром - условные рефлексy, навыки, черты личности, системы черт, варьирующие в разных случаях и образующие множественные Я-личности.

Особое место в этой сложно организованной системе занимает мотивационно-потребностная сфера. В ней выделяются два уровня функционирования: уровень мотивов нужды и уровень высших мотивов, или мотивов развития.

Принцип так называемого гомеостазиса - стремления к устранению напряжения - применим лишь к низшему уровню мотивационной системы (мотивам нужды). Формы истинно личностного бытия (стремление к новым целям, постановка творческих задач, актуализация чувства инициативности и ответственности и др.) не укладываются в формулу гомеостазиса. Поиск постоянного напряжения, сопротивление равновесию - характерные черты мотивов развития.

Системы высших мотивов входят в центральное ядро личности - Я - и преобразуются в системы ценностей человека. Стремление к самоактуализации и самореализации относятся к мотивам развития и являются изначально заложенными в человеке потребностями. Мотивы развития порождают обращенную в будущее систему целей, реализация которых обеспечивает формирование новых возможностей человека. Человек, по Олпорту, обращен в свое будущее.

Развитие личности по Олпорту ассоциируется с динамикой мотивационной системы. Для объяснения особенностей формирования и становления личности он формулирует принцип функциональной автономии мотивов, согласно которому в процессе развития человека связи между старыми и новыми мотивами сохраняются, при этом характер этих связей имеет историческую, но не функциональную природу. Функционально они не тождественны.

Принцип функциональной автономии мотивов позволяет рассматривать новые мотивы как самостоятельные единицы психики человека, относительно независимые от более ранних форм (инстинктов и рефлексов).

Введением этого принципа Олпорт противопоставляет свой взгляд на мотивационную структуру личности бихевиористической точке зрения, согласно которой новые мотивы (драйвы) возникают в результате сочетания того или иного стимула с удовлетворением врожденных потребностей, т.е. с точки зрения поведенческой психологии высшие, духовные потребности человека являются дериватами его органических состояний. Так, по словам необихевиористов Н. Миллера и Д. Долларда вторичные побуждения "служат фасадом, за которым скрыты функции лежащих в их основе врожденных побуждений".

Образование новых мотивов Олпорт объясняет превращением средств деятельности в ее цели и мотивы. Иными словами, объекты и действия, которые некогда выступали для человека лишь в качестве средства достижения определенных целей, начинают сами по себе вызывать интерес и обретают собственную мотивационную силу.

Развитие мотивационной сферы в единстве с формированием обобщенных навыков поведения ведет, согласно Олпорту, к формированию основных свойств личности, называемых им чертами. Черта - предрасположенность вести себя сходным образом в широком диапазоне ситуаций. Это такие психологические особенности, которые преобразуют множество стимулов и обуславливают множество эквивалентных ответных реакций. Например, агрессивный человек склонен интерпретировать нейтральные стимулы как угрожающие, робкий - в каждом человеке видит потенциального критика, носителя морали.

Черты рассматриваются Олпортом в качестве единиц анализа личности. В процессе развития одни черты становятся второстепенными, подчиняющимися, другие приобретают характер кардинальных и центральных черт. И те, и другие в совокупности составляют фокус личности.

Кардинальные - черты, которые преобладают в поведении человека практически во всех ситуациях, центральные являются типичными для человека, но проявляются не во всех ситуациях. Согласно Олпорту, центральных черт бывает не больше 5-10.

Главной целью психологии личности Олпорт считает исследование неповторимости каждого человека. Он утверждал, что характерным свойством человека является его уникальность. "Индивидуальность - есть основная характеристика человеческой природы".

Неповторимость каждого индивида выражается им через введение понятия личностной диспозиции как слияния нескольких черт в неповторимый гештальт. В этом смысле личность можно изучать только с помощью идиографических методов исследования. Однако столь односторонний подход к человеку не был присущ Олпорту. Наоборот, он предлагает исследовать личность и идиографическими техниками, получая уникальное знание об индивиде, и номотетическими методами, утверждая универсальные законы и закономерности.

Выделяя общие принципы развития личности (например, принцип функциональной автономии мотивов, общие качества личности - черты, установки, Я) мы неизбежно пользуемся номотетическим методом анализа научных данных. Но при качественном анализе личности мы сталкиваемся со своеобразной организацией ее свойств и качеств, уникальным стилем поведения, строением структуры Я. Индивидуальным может быть не только особое сочетание неповторимых черт личности, но и путь, направление ее развития, при этом сам принцип перехода от стадии к стадии остается общим.

Процесс развития личности Олпорт сопоставляет со сменой одной формы единства, целостности личности другой. Он выделяет три стадии в развитии единства личности: детская стадия; стадия относительной дифференциации; стадия интегрированного единства.

На первой стадии ребенок функционирует как динамическое единство, почти во всех ситуациях отвечает как целое, по принципу "все или ничего". На второй стадии это динамическое единство нарушается и возникает дифференциация, расчлененность отдельных мотивационных компонентов (в подростковом возрасте неструктурированными могут оказаться цели, мотивы, установки). На третьей стадии в процессе общения и деятельности на основе дифференциации и соподчинения отдельных свойств личности происходит образование интегрированного единства с обособленным центром в виде структуры Я.

Оллпорт считал, что критерием проявления единства личности является постоянство поведения человека в разных ситуациях, причем именно в тех ситуациях, где включенность Я максимальна. Проверка этого предположения проводилась им в эксперименте. В первой серии испытуемые решали задачи в нейтральной ситуации, без включенности Я. Во второй серии при предъявлении тех же задач, менялись условия: испытуемым говорили, что результаты решения задач повлияют на их репутацию в колледже. Постоянство общих черт личности выявилось именно по второй серии, где включенность Я была максимальной.

Проблема развития личности является центральной для всего гуманистического направления, причем движение человека к самореализации и самоактуализации связано не столько с потребностью в редукации напряжения, установлением равновесия и желанием покоя, сколько с его нарушением, с планированием все более трудных задач.

Теория самоактуализации А. Маслоу

Теория личности Абрахама Маслоу (1908-1970) строится на основе исследования психически зрелых, прогрессивных, творческих людей, образующих так называемую "растущую верхушку" общества.

Научная среда, повлиявшая на теорию Маслоу, значительна и разнообразна. Живя в Нью-Йорке, он встречался и учился у таких выдающихся ученых как А. Адлер, Э. Эриксон, Э. Фромм, К. Гольдштейн, К. Хорни, М. Мид, М. Вертгеймер.

Научные устремления Маслоу были многогранны. Он занимался вопросами поведения приматов с позиций бихевиоризма, вопросами женской сексуальности, антропологическими исследованиями индейцев; вел тренинговые группы.

А. Маслоу критически относился к психологии того времени, изучавшей психику человека в основном на патологическом материале. Он же предполагал заниматься только здоровыми людьми. Как и многие другие гуманистические психологи, Маслоу считает, что психическое нужно рассматривать как единое целое, избегая проведения "анализа по единицам".

Одно из центральных мест в теории Маслоу занимает проблема мотивации. Отказываясь от психоаналитической интерпретации потребностей и мотивов, он формулирует положение, согласно которому социальность заключена в самой природе человека и выступает как его биологически обусловленное свойство. Наблюдаемые в обществе агрессивные действия и поступки людей, черты жестокости вызваны не природой, а антигуманными условиями воспитания и жизни личности, некоторыми традициями, присущими социуму.

Мотивация как движущая сила развития личности рассматривалась им в качестве тенденции, нарушающей психическое равновесие индивида. Именно такое нарушение гомеостаза ведет к росту, развитию, самоактуализации личности, т.е. к желанию, которое определялось Маслоу как стремление человека быть тем, кем он может быть. Понятие самоактуализации занимает ведущее место в его концепции.

Не смотря на то, что потребность человека быть тем, кем он может быть, является врожденной, она остается потенциальной до тех пор, пока для ее актуализации не возникнут особые условия. Таким условием является удовлетворение всех других (базовых) потребностей индивида: физиологических потребностей, потребностей в безопасности и защите, любви и уважении. "Если все потребности оказываются неудовлетворенными, и в организме доминируют физиологические потребности, то все другие могут стать просто несуществующими или быть перенесенными на задний план". Неудовлетворение базальных желаний ведет к неврозам и психозам.

В более поздних работах положение о последовательности удовлетворения потребностей было пересмотрено и дополнено следующим тезисом: если в прошлом потребности индивида в безопасности, любви и уважении были полностью удовлетворены, он обретает способность стойко переносить лишения в этой сфере и актуализировать себя несмотря на неблагоприятные условия. Основными составляющими психического здоровья личности являются: 1) стремление быть всем, чем человек может быть, 2) стремление к гуманистическим ценностям.

Существуют положительная и отрицательная стороны самоактуализации, где последняя ведет к крайнему индивидуализму и автономии.. При положительной стороне самоактуализации некоторая относительная независимость от окружающих, присущая здоровой личности, конечно, не свидетельствует об отсутствии взаимодействия с ними; это значит лишь то, что в такого рода контактах цели личности и ее собственная природа являются главными детерминантами.

В целом здоровую личность он описывает как автономную, склонную к принятию других, спонтанную, чувствительную к прекрасному, к юмору, склонную к творчеству. Сравнивая здорового человека и больного он писал, что самоактуализирующийся человек необычен не потому, что к нему что-то добавлено, а скорее потому, что он ничего не утратил в процессе своей индивидуальной жизни.

Помимо личностных качеств он выделяет когнитивные и перцептивные особенности самоактуализирующейся личности - четкое и ясное восприятие окружающей действительности, его нешаблонность, редкое использование защитных механизмов, высокую прогностическую способность. Наиболее комфортно такие люди чувствуют себя

в новой, неизвестной, неструктурированной ситуации, успешны в научной деятельности. Они адекватно оценивают себя и свои способности.

Выделяются и особые социально-психологические и коммуникативные характеристики самоактуализирующейся личности - проявление положительных эмоций в общении с другими людьми, демократичность.

Потребность в самоактуализации по Маслоу - врожденная потребность. Важным условием функционирования здоровых людей он считает отрешенность, отстраненность от социального окружения, когда оценка своего поведения осуществляется на основе самоодобрения, не нуждающегося во внешних наградах и наказаниях.

Теоретические выводы распространяются и на понимание роли психотерапии. По его мнению, психотерапевтическая деятельность имеет неограниченные возможности, но может быть полезна только с точки зрения коррекции, она не способна вернуть то, что было утрачено человеком в течение многих лет. Большое психотерапевтическое значение он приписывает самоактуализации, предельным переживаниям, воспитанию и факторам культуры. В самом психотерапевтическом процессе серьезное внимание уделяется осознаваемым аспектам: воспитанию и произвольной регуляции своих потенциальных возможностей. В идеале изменение общества виделось им как процесс, который происходит под воздействием специально организованного психотерапевтического воспитания личности. Он отмечает, что если бы психотерапевты имели дело с миллионами людей в год, то общество, несомненно, изменилось бы. В последних работах его отношение к психотерапевтическому переустройству общества изменяется. Оно становится более скептическим. "Я давно отказался от возможности улучшить мир или весь человеческий род путем индивидуальной психотерапии. Это не выполнимо. Фактически это невозможно в количественном отношении. Позднее я обратился ради достижения своих утопических целей к образованию, которое должно быть распространено на весь человеческий род".

Концепция Абрахама Маслоу повлияла на развитие психологической науки, а также на криминологию, менеджмент, психотерапию и воспитание. Это влияние было усилено тем, что его теория воспринималась не просто как научная концепция, а как идеология, продвигающая человечество по пути раскрытия своих потенциальных возможностей. Интерес Маслоу к самоактуализации вырос в процессе общения со своими учителями Р. Бенедикт и М. Вертгеймером. Он понял, что их личности могут быть истолкованы не просто как индивидуальности, а как некий тип самоактуализирующегося человека.

Понятие конгруэнтности личности в теории К. Роджерса

Одним из важных положений теории К. Роджерса (1902-1987) является суждение о том, что индивид существует в постоянно изменяющемся мире, центром которого является он сам. Это индивидуальное пространство было названо феноменальным миром. Он не является миром объектов и предметов, а включает в себя все, что чувствует человек (организм) независимо от того, осознанно или не осознанно это чувство. Осознание того или иного чувства было им названо символизацией объекта. В личностном мире индивида лишь небольшая его часть переживается сознательно, при этом одни содержания опыта легко оформляются в образы, а другие остаются невнятными основаниями нового опыта. Подлинный смысл индивидуального опыта известен только самому индивиду. Полное и непосредственное знание и проникновение в мир опыта возможно лишь потенциально.

Организм реагирует на окружение так, как оно дано ему в опыте и восприятии. Именно эта сфера - восприятие событий является реальной. Иными словами, человек реагирует не на какую-то абсолютную реальность, а на свое восприятие этой реальности. Это положение является одним из оснований феноменологического направления, представителем которого был Роджерс.

Оно раскрывается через следующие три принципа:

- 1) поведение человека можно понять не с позиций объективного наблюдателя, а с позиций самой личности, ее субъективного восприятия и познания действительности;
- 2) человек сам определяет свою судьбу, свободен в выборе и принятии решения;
- 3) люди по природе добры и стремятся к совершенству.

В психологическом смысле реальность - это личный мир восприятий человека. В психотерапии изменение сферы восприятия, психической реальности приводит к изменению реакций человека. Например, пока родитель воспринимается как доминирующий, реакции ребенка остаются соответствующими.

Организм реагирует на определенное феноменальное поле как организованное целое. Это положение Роджерса противопоставляется функционализму, раскладывающему личность и познавательные процессы на отдельные составляющие, которые сами по себе этой целостности не представляют.

Личность имеет одну основную тенденцию и стремление - актуализировать, сохранять и укреплять организм как средоточие опыта, развиваться в направлении зрелости. Организм движется в сторону большей независимости и ответственности, в сторону самоуправления, саморегуляции и автономии. Эта потребность в самоактуализации заложена в каждом человеке от рождения, однако воспитание и нормы, установленные обществом, принуждают его забыть о собственных чувствах и потребностях и принять ценности, навязанные другими. В этом отклонении и кроется

источник аномалий поведения. Чем больше проявлений опыта доступно сознанию, тем больше у человека возможностей отразить общую картину своего феноменального мира в поведении; чем меньше защитных, искажающих содержание опыта представлений, тем адекватнее они выражаются в общении.

Всякий опыт и переживания в жизни индивида подвергаются различным оценкам: некоторые из них адекватно символизируются в отношении самости, некоторые игнорируются, не осознаются, не имея отношения к удовлетворению потребности, некоторые искажаются в символикации как несовместимые со структурой самости, остальные отрицаются, имея прямое отношение к удовлетворению потребности.

В процессе психотерапевтической работы терапевт стремится к тому, чтобы помочь человеку максимально раскрыться, реализоваться. Психотерапевтические приемы, применяемые К. Роджерсом, получили название индирективной психотерапии, или "клиент-центрированный" психотерапии. Позднее термин "клиент-центрированная психотерапия" был заменен более подходящим - понятием "личностно-центрированная терапия". "Роджерс полагал, что новое название будет в большей степени подходить для описания человеческих ценностей и взаимной зависимости, представления о которых лежали в основе разработанного им подхода, и что это название можно будет применять в других областях знания помимо консультирования и психотерапии". "Именно этот акцент на субъективном, перцептивном взгляде на клиентов обусловил утверждение термина. Восприятие рассматривается как их версия действительности" .

Основными условиями личностно-центрированного подхода являются - эмпатия, конгруэнтность и безусловное положительное принятие клиента.

Безусловное положительное отношение (бескорыстная теплота, забота, высокая оценка, принятие, уважение) включает в себя готовность консультанта отражать разнообразные чувства клиента - любовь, радость, гнев, негодование и др. Суть этой позиции состоит в том, что вероятность продвижения клиента вперед увеличивается, если его хвалят за гуманность и они испытывают чувства безопасности и свободы.

Эмпатия - ощущение внутреннего мира клиента как своего собственного, но при сохранении качества "как будто". Эмпатия - способность человека эмоционально отзываться на переживания других людей. Обычно рассматривают два вида эмпатии: 1) сопереживание - переживание тех же самых чувств, 2) сочувствие - переживание субъектом иных по сравнению с другим человеком чувств. "Консультанты должны быть чувствительными к потоку переживаний, возникающих как у клиентов, так и у них самих в каждый конкретный момент. Они также должны быть способны ощущать нюансы, которые не могут почувствовать клиенты. Проявляя такт, чувствительность и показывая

понимание проблем клиентов, консультанты должны передавать им свое восприятие их внутреннего мира и личных смыслов. Консультантам также следует сообщать клиентам о своем стремлении к пониманию их внутреннего мира, часто проверяя точность своего понимания и показывая готовность учесть замечания и внести поправки".

К. Роджерс стремился к тому, чтобы в процессе психотерапевтической работы помочь человеку максимально раскрыться, реализоваться. Его психотерапия делает акцент на поддерживающей клиента эмпатии. Этим она отличается от обычной психотерапевтической установки, состоящей в том, что терапевт якобы знает истинные причины проблем клиента, а также знает, что нужно клиенту, чтобы стать лучше.

Именно поэтому большинство терапевтов пытаются заставить клиента видеть вещи так, как их видит терапевт, т.е. прибегают к директивному руководству, манипулируют мыслями, чувствами, поступками, чтобы привести клиента к тому, как он должен мыслить, чувствовать, поступать.

Роджерс верил, что при условии безусловного положительного принятия и понимания клиента, люди будут осуществлять личностный рост в направлении, которое является для них единственно подходящим и уникальным. Когда человек становится самим собой, то он, как это ни парадоксально, начинает изменяться, поскольку взаимоотношения становятся подлинными, а подлинные взаимоотношения прекрасны тем, что полны жизни и смысла.

Конкретно в практике консультирования консультант добивается в диалоге с клиентом осмысления кризисной ситуации самим клиентом, которое в ходе последующих бесед может смениться переосмыслением данной ситуации и нахождением возможных путей выхода из нее.

Заключение

Гуманистическая психология успешно укореняется в российской среде, соединяясь с традициями психологической и философской мысли, она обогащается, развивается, встраивается в широкий культурно-исторический контекст. Активно развиваются интегративные подходы, характерные для российской психологической, консультативной и психотерапевтической практики. Среди них можно упомянуть триалогический подход, возникший на основе классических разработок К. Роджерса в области клиентоцентрированной психотерапии.

Несмотря на широкое распространение и популярность, гуманистическая психология и психотерапия в России стоит в самом начале своего пути. Исходный корпус идей, обогащенный культурной, психологической, философской, теологической традициями и терапевтической практикой, несомненно, еще не раз даст почву новым

концепциям и подходам, как отечественным, так и зарубежным. Какими они окажутся и в рамках какой научной парадигмы получат наибольшее развитие, на сегодня определить сложно.

Список литературы

1. Грининг Т. История и задачи гуманистической психологии. Вопросы Психологии, журнал, 1988.
2. Криндач В. П.. Ассоциация Гуманистической психологии. Начало разговора. Психологическая газета No 04 1997г
3. Кульневич С.В., Бондаревская Е.В. Педагогика: личность в гуманистических теориях и системах воспитания. Учеб. пособие для студ. сред. и высш. пед. учеб. заведений, слушателей ИПК и ФПК. Под общей редакцией Е.В. Бондаревской. Москва-Ростов-на-Дону: Творческий центр "Учитель", 1999. - 560 с.
4. Леонтьев Д.А. Возвращение к человеку // Фундаментальная психология. Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии. Под редакцией Д.А. Леонтьева, В.Г. Щур. Москва, «Смысл». 1997.
5. Ярошевский М.Г. История психологии от античности до середины XX в. М., 1996 Глава VIII Развитие психологии в России.
6. Шульц Д.П., Шульц С.Э. История современной психологии. СПб., 1998.
7. <http://azps.ru/sch/scH21.html>
8. <http://psylib.org.ua/books/yaros01/txt12.html>
9. http://ru.wikipedia.org/wiki/Гуманистическая_психология