Название учебного заведения

Реферат по учебной дисциплине "Психология"

на тему: " Основные направления в психологии личности".

Выполнил: Ф.И.О.

Проверил: Ф.И.О.

2016.

**План**

1. Введение …………………………………………………………………………........2

2. Глубинная психология личности …………………………………………………3-4

3. Гуманистическая психология ……………………………………………….........5-6

4. Экзистенциальная психология …………………………………………………...7-8

5. Когнитивно-бихевиоральная психология ……………………………….........9-10

6. Заключение ……………………………………………………………………..........11

7. Список литературы ……………………………………………………………........12

1. **Введение.**

Психология как дисциплина имеет двойственный статус и может принадлежать к гуманитарному знанию и естественно-научному.

Психология личности являет собой раздел психологии, изучающим личность и разнообразные индивидуальные процессы. Акцентируется попытка сформировать согласованный вид личности в её взаимосвязях с социумом, жизнью, миром. Помимо этого, исследуются индивидуальные различия, динамические аспекты душевного существования.

При анализе внутренней структуры психологического познания особо выделяют:

* глубинную психологию, исследующую бессознательное во всех его проявлениях;
* гуманистическую психологию, исследующую взаимосвязь социокультурных условий человеческого существования, а также психологии и поведения человека;
* экзистенциальную психологию, изучающую неповторимость существования определенного человека, имеющегося в определенный период времени и пространства;
* когнитивно-бихевиоральную психологию, изучающую в основном содержание, формы познавательной деятельности личности, влияющей на ее поведение, обусловлено факторам окружающей среды.

Безусловно, эта систематизация не являет собой нечто законченное, однако дает возможность иметь представление о ключевых школах, направлениях в психологии.

Психология преодолела долгий путь собственного развития. В течении всего становления психологической дисциплины в ней одновременно развивались различные направления. Парадигмы, базирующиеся на материалистических суждениях, первоначально содействовали развитию естественнонаучного понимания естества психических явлений и развитию психологии экспериментальной. Также, вследствие идеалистическим философским взглядам в современной психологии рассматривают такие проблемы, как личностные ценности, идеалы, нравственность и другие.

1. **Глубинная психология личности.**

В глубинной психологии ученые пришли к мнению, что психика не сводится к сознанию и сделали попытку исследовать этот свободный от сознания отдел психики. Глубинная психология содержит аналитическую психологию К. Юнга, индивидуальную психологию А. Адлера, психоанализ З. Фрейда.

Ключевые идеи глубинной психологии:

1) Бессознательное представляет основное значение в поведении, душевного существования человека. Содержание бессознательного является составной частью врожденных инстинктов.

По мнению Фрейда, существует два подобных инстинкта: сексуальный – либидо и агрессия - стремление к разрушению.

Адлер полагал что, основным человеческим инстинктом является стремление к преодолению неполноценности, совершенству, превосходству.

По мнению Юнга, энергия бессознательного способна проявляться в разнообразных формах в различные периоды развития человека.

Более того, основой бессознательного являются аффекты, желания, удаленные из сознания согласно их нежелательности либо неприемлемости. Основа бессознательного активно заряжена - желания и инстинкты, удаленные из сознания, проявляют стремление к удовлетворению. Данная энергия являет собой "двигатель" поведения, устремлений человека.

2) Влечения бессознательного противоречат нормам культуры.

По мнению Фрейда, человеческие инстинкты по своей сути эгоистичны и асоциальны. Социальные нормы являют собой препятствие, определяющееся для них, тем самым осуществляя вероятность совместного существования людей.

3) Социальное и психическое человеческое развитие осуществляется посредством установления равновесия меж культурными нормами и инстинктами. Следовательно, в ходе развития, "Я" человека обязано бесконечно отыскивать компромиссное решение меж прорывающейся открыто энергией бессознательного и тем, что допускаемо обществом.

4) Данное равновесие, соглашение образуется при помощи защитных психических механизмов. Защитный механизм являет собой особое изменение содержания сознания, образующееся в условиях внутреннего конфликта. Образцом защитного механизма способно быть вытеснение - удаление из сознания ненужного содержания. При данных условиях человек не осознает, что определенное побуждение либо чувство существует, как это бывает при усмиренной враждебности во взаимоотношениях меж ребенком и родителями.

Существуют неэффективные и эффективные защитные механизмы. Фрейд полагал, что при развитии личности сублимация есть основной эффективный защитный механизм. Сублимация - это конверсия энергии бессознательного в социально подходящее направление. В частности, сексуальный инстинкт способен сублимироваться посредством художественного творчества, либо посредством заботы о бедных, либо посредством привязанности к домашнему животному. Агрессия способна сублимироваться посредством определенных профессий либо спортивных достижений.

5) Первопричина аномалий поведения, его неадекватных проявлений, невротических нарушений есть нарушение равновесия меж культурно-нормативными требованиями и бессознательными влечениями.

Постоянная задача психоаналитической терапии - неосознаваемое должно стать осознанным. Признание, осознание пациентом истинной первопричины невротического симптома обязано привести к исчезновению симптома.

Способ, стратегия, которые используют психоаналитики есть интерпретирование проявлений бессознательного. В психоанализе, объектом интерпретации зачастую являются фантазии, сновидения, свободные ассоциации, продукты творчества, ошибочные действия - ошибки памяти, оговорки, описки.

1. **Гуманистическая психология.**

Гуманистическая психология - это направление современной психологии, которое изучает здоровую творческую личность, обнаруживающую собственные вероятные способности в ходе самореализации либо самоактуализации.

Данное направление возникло в 50-е годы прошлого столетия, а утвердилось как научное течение в начале 60-х годов.

Гуманистическую психологию представляют такие яркие личности, как А. Маслоу, Ш. Бюлер, Г. Олпорт, К. Гольдштейн, Р. Мей, К. Роджерс.

Значимые философские положения гуманистической психологии обусловлены экзистенциализмом - философией жизни, а именно с учениями А. Камю, М. Хайдеггера, Ж. Сартра, К. Ясперса.

По мнению Хайдеггера, следует отличать бытие и сущее. Сущее является предметом науки, а бытие - предметом философии. Бытие постигают не посредством мышления, так сказать опосредованно, а посредством личного существования, так сказать экзистенции. Осознав собственную экзистенцию, человек становится независимым, а именно ответственным за собственную жизнь.

Ш. Бюлер полагала, что гуманизм в свете психологии подразумевает изучение человека не в виде совокупности его поступков и качеств, а как целостность. Учитывая этическую сторону гуманизм - это утверждение правил жизнедеятельности, базирующихся на человеческих потребностях, а не на животных потребностях, законах неживой природы либо заветах Бога. Гуманистическая психология находится в оппозиции с бихевиоризмом и психоанализом. Ее объектом исследования стали "Я", психическое здоровье, любовь, реализация и развитие человеком собственных возможностей, творчество, опыт, высшие ценности бытия.

Ключевые идеи гуманистической психологии:

1. Бытие человека имеет предел, однако он неизменно владеет свободой и требуемой независимостью для осуществления данной свободы.
2. Важнейшую основу информации являет собой экзистенциальное состояние, субъективно переживаемый опыт человека.
3. Человеческое естество невозможно определить полностью, поскольку она неизменно стремится к безустанному развитию.
4. Человек целостен и един. В человеческой психике неосуществимо разделить мысль и чувство, психическое и органическое, неосознаваемое и осознаваемое.
5. Любой человек исключителен в своем роде, потому исследование определенных случаев не менее целесообразно, нежели статистическое обобщение.
6. Самореализация есть неотделимая часть человеческого естества.
7. Человек сосредоточен на будущем, это активное творческое создание.

Данные идеи гуманистической психологии способствуют формированию нравственной житейской основы:

* человек не средство бессознательного, не невольник сложившихся привычек - ответственность человека за собственные поступки;
* взаимоотношения меж людьми обязаны базироваться на взаимном уважении и признании опыта переживаний каждого;
* любой человек обязан ощущать себя "здесь и теперь" - в настоящем.

Лишь сами люди, ввергнутые в жизненный вихрь в этом месте и в это мгновение, несут ответственность за осуществленный ими выбор. Данное не есть утверждение что, в случае наличия у человека свободы выбора, он несомненно станет действовать согласно собственным интересам. Свобода выбора не гарантирует, что выбор будет достаточно разумным и безупреч­ным. В случае такого положения, общество испытывало бы таких страданий от скуки, отчаяния, вины, тревоги, отчужде­ния, и многих иных ненавистных чувств, навязываемых себе.

Для экзистенциалистов вопрос состоит в том, способен либо не способен человек существовать истинной - искренней и честной жизнью в осознанной связи ее неопределенностей и случайностей. Поскольку экзистенци­альная философия считает, что любой человек несет ответственность за собственные действия, она обращается к гуманистической психологии. Равным образом, гуманисты-теоретики акцентируют внимание, что любой человек есть главный строитель собственного жизненного опыта и поведения.

Человек - существо мыслящее, решающее, переживающее и свободно избирающее собственные действия. Таким образом, гуманистическая психология в роли главной модели избирает человека ответственного, осуществляющего свободно выбор из числа данных возможностей.

1. **Экзистенциальная психология.**

В психологии личности данное современное направление берет свои истоки в экзистенциализме как популярной философской школе второй половины XX столетия, образовавшейся на базе философии жизни, персонализма, феноменологии, идей А. Камю, С. Кьеркегора, М. Хайдеггера и др. Экзистенциальная психология личности связана с гуманистической психологией.

Феноменологическая оценка актуального существования человека проводилась резидентами экзистенциальной психологии личности посредством изучения вопросов одиночества и любви, смерти и жизни, смысла существования, свободы и выбора. Единственная реальность, поддающаяся изучению - неповторимое переживание человека.

Противоположно от гуманистической психологии, в которой модель саморазвития есть самопроизвольное осуществление самоактуализации, в экзистенциальной психологии такого рода моделью представляется интенсивное, субъектное приобретение совершенства.

Основой личностного роста является взаимозависимая цепь ответственных выборов, актуально значимых решений, что значительно сложнее неотвратной реализации врожденного личностных возможностей.

Экзистенциальная психология личности, как и психология гуманистическая, нацелена на будущее. Детерминанта личностного развития выбором установленного будущего пробуждает врожденные процессы символизации, что содействует открытию личностью новых, наиболее углубленных смыслов. Вместе с тем, выбор установленного будущего неминуемо приводит к тревоге, "онтологическому беспокойству", что взывает к мужеству от личности.

Выбор устойчивого положения пробуждает переживание онтологической вины как нереализованной возможности. Двигаясь вперед, развиваясь, личность усиленно одолевает сложности, учится на собственных ошибках. Достоверность подразумевает утверждение данного мучительного положения дел и поиск в себе смелости посредством переживания чувства собственного достоинства, держаться перед онтологической тревогой и избирать будущее, убавляющую онтологическую вину.

Важным значением экзистенциальной психологии представляется отбор путей достижения личностной аутентичности, соотнесения ее существования подлинному внутреннему естеству. По сути дела, аутентичный жизненный путь подразумевает целостное творческое самоосуществление. Аутентичное бытие обозначает особенное качество человеческого ума, именуемое преднамеренностью, вследствие которого становятся вероятными решения, существенно значимые для личностного. Всякое из подобных судьбоносных решений подразумевает встречу с альтернативой меж неведомым будущим и высокоупорядоченным, известным прошлым.

Их числа типов личности, описанных в экзистенциальной парадигме, выделяют конформиста и индивидуалиста.

Индивидуалист есть идеальный человек, живущего интеллектуальной жизнью, что способствует его адекватному восприятию происходящее и воздействовать на собственное социальное окружение. Ему присущи - чувство любви и интимности, тонкий вкус. Индивидуалист не свободен от онтологической тревоги, однако он не позволяет ей препятствовать принятию взвешенных решений. Данный тип личности являет собой эталон личностного развития, целиком удовлетворяя потребности психологические, социальные и биологические.

Противоположно индивидуалисту – конформист являет собой талантливого игрока социальных ролей, удовлетворяющего первоначально собственные биологические потребности. Он материалист и прагматик, отвергающий значимость воображения и неспособный к символизации. Его взаимоотношения с людьми лишены интимности, довольно формальны. Поглощенный онтологической тревогой, такого рода человек ощущает себя ненадежным и бесполезным. Как следствие несовершенного личностного развития, конформист расположен к экзистенциальной болезни, образующейся посредством сильнейшего воздействия окружающей среды.

В экзистенциальной психологии личность рассматривают в основном в пограничных ситуациях. Она в некотором роде отстранена от повседневной действительности, располагается за пределами повседневности, в центре драматичных, напряженных жизненных столкновений.

1. **Когнитивно-бихевиоральная психология.**

Когнитивно-бихевиоральная, либо когнитивная-поведенческая, психологическая практика существенно моложе психоанализа. Бихевиоризм, как направление психологии теоретическое, образовался и развивался приблизительно одновременно с психоанализом, с конца XIX столетия, однако попытки систематического применения принципов теории научения в психологической практике относят к концу 50-х годов прошлого столетия.

Вместе с тем, в данный период бихевиоризм, как представленную модель поведения человека, резко критикуют за свой механицизм и пренебрежение внутренней жизнью человека.

Стимульно-реактивная схема, обрисовывающая поведение человека как сумму реакций на разнообразные стимулы и являвшая собой основу теоретической парадигмы в работах таких ученых, как Б. Скиннера, К. Халла, начиная с 20-х годов прошлого столетия, несомненно исчерпала себя как средство исследования психики.

В данный период в психологии совершается когнитивная революция, подтвердившая значение внутренних переменных, либо внутренних когнитивных процессов, в поведении человека. Возникают информационные модели психики человека, описывающие его как интенсивно перерабатывающего прибывающую извне информацию и образующего разнообразные модели реальности. Бихевиоризм был существенно изменен, а образовавшаяся на его базе психологическая практика была уже бихевиорально-когнитивной. Основателем данного направления стал Э. Толмен. Стремясь акцентировать определяющее значение цели в поведении человека, Толмен назвал свою концепцию "целевым бихевиоризмом".

В настоящее время можно говорить только о единичных техниках, основанных в основном на стимульно-реактивной схеме, интенсивно применяющихся и сегодня - первоначально это техники изменений реакций страха, базирующиеся на принципе десенситизации, и иные.

Сегодня существуют разные когнитивно-бихевиоральные подходы, объединенные отдельными учеными в группы по разным причинам. Акцентируют следующие блоки когнитивно-бихевиоральных подходов:

1. Наиболее близкие бихевиоризму классическому, методы, базирующиеся в основном на концепции научения, а именно на принципах непосредственного и скрытой детерминанты. Данные подходы применяют техники отрицательного и положительного подкрепления, техники регулярной десенситизации, противостояние пугающему стимулу, техники моделирования поведения, парадоксальную интенцию. К данной группе методов относят эмоционально-стрессовую психотерапию Рожнова.
2. Базирующиеся в основном на концепции информации, методы, использующие основы постепенного выстраивания внутренних моделей с целью обработки информации и регулирования поведения на их основании. Данные техники, уделяют наибольшее внимание внутренним когнитивным схемам воздействия, упрощенно оценивают закономерности человеческого поведения, сводя их к компьютерной модификации. Сюда причисляют разнообразные техники развития совладеющих навыков и техники разрешения проблем.
3. Методы, базирующиеся на объединении основ концепции информации и концепции научения, кроме того, основ реорганизации дисфункциональных когнитивных процессов и отдельных основ динамической психотерапии. Прежде всего это когнитивная психотерапия А. Бека и рационально-эмотивная психотерапия А. Эллиса. Также к ним можно причислить подходы М. Махони, Г. Лиотти и В. Гвидано. Данные интегративные когнитивно-бихевиоральные подходы, беспрепятственно применяя техники первых двух блоков, устанавливают в качестве основной задачи изменение дисфункциональных способов мышления, являющиеся причиной неадекватного болезненного поведения. Вместе с тем, различные авторы наибольшее или наименьшее внимание уделяют былому опыту, в котором сложились установки, верования и представления, детерминирующие поток дисфункциональных мыслей.

Собственно, последнее вынуждает методологов когнитивно-бихевиорального подхода заявлять о недостаточной концептуальной чистоте данных моделей и винить его представителей в отступлении в сторону динамической психотерапии. Наиболее нейтральные методологи заявляют о пограничном статусе данной категории, именуя эти подходы "мостом меж психоанализом и бихевиоризмом".

1. **Заключение.**

Собственно, интерес к человеку, его личности, к ее возможностям является основой развития психологии, ее направлений и подходов. Очевидно он появился одновременно с формированием самосознания личности, и заполнялся в основном субъективными наблюдениями отдельных ученых, которые наблюдали поведение личности и выстраивали парадигмы об их причинах и следствиях.

Начало XX столетия и особо период, наступивший после Первой мировой войны, признается основой перевоплощения психологии в экспериментальную науку, базирующуюся на использовании методов математических и экспериментальных.

В развитии психологии к этому времени чётко обозначились такие направления: глубинной, гуманистическое, экзистенциальное, когнитивно-бихевиоральное и различные отрасли психологии стали опираться на идеи, сформулированные в данных направлениях. Особый акцент был выполнен на когнитивно-бихевиоральный подход, что соответствовало идеалу построения строго экспериментальной дисциплины.

Любой из представленных в науке признавательно-оценочных подходов к осмыслению психического явления, а, следовательно, и к пониманию содержания и предмета психологической науки, обладает собственной историей образования, бытия и развития. Более того, любой новый подход не аннулировал всего предшествующего, а только привносил собственное понимание в единую копилку психологической науки. Таким образом, в психологии непозволительно устанавливать вопрос, который из подходов более надежный. Все подходы обладают своими недостатками и достоинствами. Наиболее значимым представляется вопрос о познавательных задачах, позволяющим разрешить различные подходы. Собственно, этим и обусловливается его положение в структуризации науки и его значение в истории психологии.

1. **Список литературы.**
2. Психология: учебник для гуманитарных вузов / В.Н. Дружинин – 2-е изд., - Питер, 2006. – 249 с.
3. Психология: учебное пособие / И.В. Дубровина, Е.Е. Данилова, А.М. Прихожан - 2-е изд., стер. - М.: Академия, 2003 - 464 с.
4. А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский, Теоретическая психология, М.: Академия, 2003. – 496 с.
5. Б.П. Бархаев, И.В. Сыромятников, Введение в профессию: от социальной роли к профессиональной субъектности, - М.: ВУ, 2003. – 192 с.
6. Д. Шульц, С. Шульц, История современной психологии / пер. с англ. А.В. Говорунов, В.И. Кузин, Л.Л. Царук / под ред. А.Д. Наследова. – СПб.: Евразия, 2002. - 532 с.