

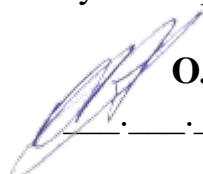
**ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ПРИВАТНИЙ ЗАКЛАД
«ДНІПРОВСЬКИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»**

НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ

КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

ЗАТВЕРДЖУЮ

Ректор ВНПЗ «Дніпровський
гуманітарний університет»



Олег КИРИЧЕНКО

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ПСИХОЛОГІЯ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ**

(назва навчальної дисципліни)

Освітній
ступінь

Магістр

(назва ступеня вищої освіти – бакалавр або магістр)

Спеціальніс
ть

С4 Психологія

(шифр і назва)

Освітня
програма

Психологія, наказ від 24.04.2025 № 32-02

(назва, дата і № наказу про затвердження ОП)

Статус навчальної
дисципліни

Обов'язкова

(обов'язкова або вибіркова)

Мова навчання:

Українська

Дніпро – 2025

Психологія розвитку особистості // Робоча навчальна програма. Дніпро : ВНПЗ «Дніпровський гуманітарний університет», 2025. 12 с.

РОЗРОБНИК(-И):

Панфілова Г.Б., доцент кафедри психології ВНПЗ «Дніпровський гуманітарний університет»

Розглянуто та схвалено на засіданні кафедри загальної психології.
Протокол від «19» серпня 2025 р. № 1

Схвалено Вченою радою університету, рекомендовано для використання в освітньому процесі протягом п'яти років. 29.08.2025, протокол № 13.

Мета: полягає у наданні здобувачам вищої освіти знань і формування у них відповідних навичок, необхідних для розуміння процесів психологічного розвитку особистості протягом всього життєвого циклу.

Завдання курсу можуть включати такі аспекти:

1. Вивчення основних теорій розвитку особистості (психоаналітична, когнітивна, поведінкова, гуманістична та інші).
2. Аналіз історичних підходів та сучасних досліджень у галузі психології розвитку.
3. Вивчення фізичних, когнітивних, емоційних та соціальних особливостей розвитку особистості на різних життєвих етапах: дитинство, підлітковий вік, дорослість та старість.
4. Аналіз генетичних, середовищних, соціокультурних і психологічних факторів, що впливають на розвиток особистості.
5. Виявлення співвідношення між індивідуальними і зовнішніми факторами у процесі розвитку.
6. Ознайомлення з методами дослідження у психології розвитку (експеримент, спостереження, інтерв'ю, опитування).
7. Вивчення методик діагностики розвитку особистості, включаючи психометричні тести та інші інструменти.
8. Розвиток навичок аналізу та інтерпретації результатів досліджень.
9. Застосування теоретичних знань для вирішення практичних завдань у роботі з різними віковими групами.
10. Розробка індивідуальних програм розвитку та корекції для осіб різного віку.
11. Ознайомлення з етичними нормами та стандартами у галузі психології розвитку.
12. Формування професійної компетентності та відповідального підходу до роботи психолога.

Компетентності, формуванню яких спряє вивчення навчальної дисципліни «Психологія розвитку особистості»:

Загальні компетентності (ЗК)

Загальні компетентності (ЗК)

- ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
- ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.
- ЗК5. Цінування та повага різноманітності та мультикультурності.
- ЗК6. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).
- ЗК7. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

Спеціальні (фахові, предметні) (СК)

СК1. Здатність здійснювати теоретичний, методологічний та емпіричний аналіз актуальних проблем психологічної науки та/або практики.

СК3. Здатність обирати і застосувати валідні та надійні методи наукового дослідження та/або доказові методики і техніки практичної діяльності.

СК4. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік.

СК5. Здатність організовувати та реалізовувати просвітницьку та освітню діяльність для різних категорій населення у сфері психології.

СК8. Здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію.

СК9. Здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями.

Програмні результати навчання

ПР4. Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій.

ПР5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.

ПР6. Розробляти просвітницькі матеріали та освітні програми, впроваджувати їх, отримувати зворотній зв'язок, оцінювати якість.

ПР8. Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про звернення за допомогою або підвищення кваліфікації.

ПР9. Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.

ПР16. Надавати кваліфіковану психологічну допомогу особистості у кризовому стані для активізації ресурсів її життєстійкості.

Передумови для вивчення навчальної дисципліни. Навчальну дисципліну «Психологія розвитку особистості» доцільно вивчати після опанування наступних дисциплін «Методологія наукових досліджень та академічна доброчесність», «Теоретико-методологічні проблеми психології», «Психологія ментального здоров'я». тощо.

Форми проведення занять: *лекції, семінарські заняття.*

З навчальної дисципліни «Психологія розвитку особистості» передбачено:

- для денної форми навчання – залік.

Обсяг навчальної дисципліни: Додатки 1.1, 1.2.

ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Тема №1. Введення до психології розвитку особистості

Прояви людини, що відносяться до сфери психології особистості та її розвитку. Теоретичні джерела та наукові передумови психології особистості та її розвитку. Психологія особистості як наукова дисципліна. Поняття особистості у психології. Співвідношення понять «індивід», «суб'єкт діяльності», «індивідуальність», «особистість» і «розвиток особистості». Теорії особистості та її розвитку: моделі конфлікту, моделі самореалізації та моделі погодженості. Визначальні концепції розвитку психологічних шкіл в Україні. Культурно-історичний та діяльнісний підхід в розумінні особистості та її розвитку. Розвиток в українській психології провідних ідей та концепція особистості в роботах Г. С. Костюка, С. Д. Максименка, Т.М. Титаренко, В.О. Татенко та ін.

Тема № 2. Уявлення про особистість та її розвиток в теоріях фрейдизму та неофрейдизму

Особистість у концепції Зигмунда Фрейда. Теорія особистості Карла Густава Юнга. Особистість у концепції Альфреда Адлера. Особистість в теорії Вільгельма Райха. Теорії особистості Карен Хорні. Теорія особистості Еріка Берна. Епігенетична теорія особистості та її розвитку Еріка Еріксона. Особистість у концепції Еріха Фромма. Теорія особистості Гарі Стек Саллівана. Рівні функціонування особистості та її структура з точки зору Н. Мак-Вільямс.

Тема № 3. Уявлення про розвиток особистості в теоріях біхевіоризму

Теорія оперантного навчання Берреса Федеріка Скінера. Особливості респондентної та оперантної поведінки. Класифікація режимів підкріплення. Характеристика первинного та вторинного підкріплення. Покарання й негативне підкріплення. Ефективність позитивного підкріплення. Теорії Е. Толмена, К. Хала, Дж. Уотсона.

Тема № 4. Уявлення про особистість та її розвиток в когнітивній психології

Теорія особистості Джорджа Келлі. Когнітивні теорії особистості. Поняття особистісного конструкту. Типи та якості особистісних конструктів. Тест репертуарних решіток як метод дослідження особистості. Розвиток мислення в онтогенезі (теорія Жана Піаже).

Тема № 5. Диспозиційні теорії особистості

Концепція особистості Гордона Олпорта: поняття риси особистості, типи індивідуальних диспозицій, розвиток самості, характеристика зрілої особистості. Теорія рис особистості Реймонда Бернара Кеттелла. Теорія особистості Ганса Юргена Айзенка.

Тема № 6. Уявлення про розвиток особистості в гуманістичній психології

Теорія особистості Абрахама Маслоу. Природа людини, поняття самоактуалізації, мотивація та психологічне зростання особистості за Абрахамом Маслоу. Абрахам Маслоу про принцип синергії. Теорія особистості за Карлом Роджерсом. Карл Роджерс про становлення особистості та мотивацію. Самість та закономірності її розвитку. Тлумачення Карлом Роджерсом причин психічних розладів та психопатології. Поняття «повноцінно функціонуючої людини». Терапевтичність міжособистісних відносин.

Тема № 7. Теорії розвитку особистості в екзистенціальній психології

Джерела екзистенціальної психології, трансформація особистості протягом життя. Особистість та її трансформації в екзистенціальному аналізі Людвіга Бінсвангера. Особистість в логотерапії Віктора Франкла. Особистість психотеології Ролло Мея: розвиток особистості протягом життєвого шляху. Особистість в екзистенціальній психіатрії Роналда Девіда Лейнга.

Тема № 8. Уявлення про особистість та її трансформації в теоріях гештальт-психології

Концепція особистості Фредеріка Перлза: цілісність організму та особистості, рівні психологічного зростання («рівні неврозу») особистості, види порушення кордону між особистістю і середовищем, основні принципи та процедури в гештальт-терапії. Основні принципи теорії поля Курта Левіна. Модель особистості у теорії поля. Модель оточення у теорії поля. Курт Левін про розвиток особистості.

ФОРМА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ УСПІШНОСТІ НАВЧАННЯ

Підсумковий контроль – проводиться з метою оцінки результатів навчання та здійснюється у формі проведення семестрового заліку в обсязі навчального матеріалу, визначеного навчальною програмою, а термін,

встановлені навчальним планом. З навчальної дисципліни **«Психологія розвитку особистості»** передбачено:

- для денної форми навчання – залік;
- для заочної форми навчання – залік.

ПОЛІТИКА КУРСУ, КРИТЕРІЇ ТА ЗАСОБИ ОЦІНЮВАННЯ УСПІШНОСТІ НАВЧАННЯ

Під час викладення навчальної дисципліни **«Психологія розвитку особистості»** застосовуються такі основні види контролю знань:

- поточний контроль – систематично на різних навчальних заняттях впродовж семестру у формах:

- усне опитування;
- письмові контрольні експрес-роботи; - тестовий контроль;
- підсумковий контроль – у кінці семестру після вивчення навчальної дисципліни у формі заліку.

За рішенням викладача або кафедри *нараховуються заохочувальні бали* за наступні види робіт:

- за систематичну продуктивну активність під час проведення аудиторних занять;
- за виконання завдань підвищеної складності (конкретне значення визначає викладач);
- за участь у конференціях, конкурсах наукових робіт, іншій науковій, методичній роботі тощо.

Поточний контроль проводиться викладачами на всіх видах аудиторних занять. Основне завдання поточного контролю – перевірка рівня підготовки студентів за визначеною темою. Основна мета поточного контролю – забезпечення зворотного зв'язку між викладачами та студентами, управління навчальною мотивацією студентів. Інформація, одержана при поточному контролі, використовується як викладачем – для коригування методів і засобів навчання, – так і студентами – для планування самостійної роботи.

Поточний контроль може проводитися у формі усного опитування, письмового експрес-контролю, виступів студентів при обговоренні теоретичних питань, а також у формі тестування. Для навчальної дисципліни **«Теоретико-методологічні проблеми психології»** засобами діагностики знань (успішності навчання) виступають: усні доповіді; реферати; есе; письмові роботи.

Критерії оцінювання рівня знань за видами навчальної роботи здобувачів визначені кафедрою психології та знайшли своє відображення у «Стандарті організації та критеріїв оцінювання навчальної роботи здобувачів вищої освіти з дисциплін, що закріплені за кафедрою психології». Зі змістом документу можна ознайомитися на сайті Університету в розділі



«Силабуси навчальних дисциплін/ Магістр / 053 Психологія» або за посиланням: <https://surl.li/fdotxa> або за QR-кодом.

Умови ліквідації заборгованостей з поточної роботи: здобувачі, які пропустили семінарські заняття або лекції, мають можливість відпрацювати заборгованості під час консультацій, що проводяться викладачем, відповідно до графіку консультацій. Для отримання певної кількості балів здобувач має можливість усно відповісти на питання теми, за якою він має заборгованість або виконати індивідуальну роботу, що складається з завдань, визначених викладачем в кожному окремому випадку (в залежності від обсягу заборгованості).

Політика доброчесності: Обов'язковою умовою при нарахуванні загальної кількості балів здобувачу, враховується необхідність дотримання принципів політики доброчесності. Дотримання академічної доброчесності передбачає: самостійне виконання навчальних завдань, поточного та підсумкового контролю результатів навчання; посилання на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей; дотримання норм законодавства про авторське право і суміжні права; надання достовірної інформації про результати власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використанні методики досліджень і джерела інформації. У випадку встановлення випадків академічного плагіату, фабрикації, фальсифікації, списування, обману з боку здобувачів встановлюється академічна відповідальність. До здобувачів застосовуються види відповідальності, передбачені частинами 6 та 7 статті 42 Закону України «Про освіту».

Схема формування оцінки. Розподіл балів за формами контролю для навчальної дисципліни.

ДЛЯ ДЕННОЇ ФОРМИ НАВЧАННЯ		
Поточний контроль (ПК)		Підсумковий контроль ЗАЛК (З)
Аудиторна робота	Самостійна та індивідуальна робота	
≤ 40	≤ 20	
≤ 60		≤ 40
Підсумкова оцінка у випадку заліку (П) = ПК + З ≤ 100		
Підсумкова оцінка у випадку складання екзамену (П) = ПК + Е ≤ 100		
ДЛЯ ЗАОЧНОЇ ФОРМИ НАВЧАННЯ		
Поточний контроль (ПК)		Підсумковий контроль ЗАЛК (З)
Аудиторна робота	Самостійна та індивідуальна робота	
≤ 20	≤ 40	
≤ 60		≤ 40
Підсумкова оцінка у випадку заліку (П) = ПК + З ≤ 100		
Підсумкова оцінка у випадку складання екзамену (П) = ПК + Е ≤ 100		

Інструменти, обладнання та програмне забезпечення, використання яких передбачає навчальна дисципліна

Під час проведення навчальних занять використовуються мультимедійні презентації, зокрема у форматі PowerPoint, інформаційні ресурси:

Інститут психології імені Г.С. Костюка Національної Академії педагогічних наук України. <http://psychology-naes-ua.institute/>

Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського. <http://www.nbuv.gov.ua/>

Інститут соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України. <https://ispp.org.ua/videomateriali/>

Освітній процес забезпечується за допомогою системи управління дистанційним навчанням як Moodle.

У випадку посилення карантинних заходів допускається навчання в режимі онлайн, що передбачає використання таких інструментів дистанційної освіти як Zoom з обов'язком розміщення відповідних посилань у розклад навчальних занять.

Інформаційне та методичне забезпечення навчальної дисципліни (рекомендовані джерела інформації) Додаток 2.

Додаток 1.1.
до Робочої програми з навчальної
дисципліни

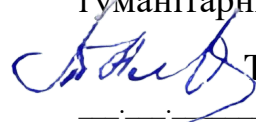
ЗАТВЕРДЖУЮ

Перший проректор

ВНПЗ

«Дніпровський

гуманітарний університет»

 **Тетяна АЛФЬОРОВА**

ОБСЯГ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ПСИХОЛОГІЯ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

(назва навчальної дисципліни)

Освітній ступінь **магістр**

(назва ступеня вищої освіти)

Спеціальність **С4 Психологія**

(шифр і назва)

на 2025/2025 навчальний рік

Форма навчання **ДЕННА** Обсяг **3,0** кредити ЄКТС, (**90** годин)

Курс **перший**

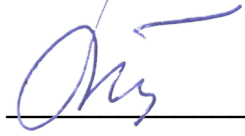
Групи

ПМ-25

№ теми згідно з РПНД	Назва теми (згідно з РПНД)	Загальний обсяг годин	Аудиторна робота				Самостійна (індивідуальна) робота
			Всього	Лекції	Семінари	Практ. заняття	
1	Введення до психології розвитку особистості	11	4	2		2	7
2	Уявлення про особистість та її розвиток в теоріях фрейдизму та неофрейдизму	11	4	2		2	7
3	Уявлення про розвиток особистості в теоріях біхевіоризму	11	4	2		2	7
4	Уявлення про особистість та її розвиток в когнітивній психології	11	4	2		2	7
5	Диспозиційні теорії особистості	11	4	2		2	7
6	Уявлення про розвиток особистості в гуманістичній психології	11	4	2		2	7
7	Теорії розвитку особистості в екзистенціальній психології	11	4	2		2	7
8	Уявлення про особистість та її трансформації в теоріях гештальт-психології	13	4	2		2	9
	Разом за семестр	90	32	16		16	58

Розглянуто і схвалено на засіданні кафедри психології, протокол 19.08.2025 № 1.

Завідувач кафедри



Людмила ПРИСНЯКОВА

Додаток 1.2.
до Робочої програми з навчальної
дисципліни

ЗАТВЕРДЖУЮ

Перший проректор

ВНПЗ

«Дніпровський

гуманітарний університет»

Тетяна АЛФЬОРОВА

ОБСЯГ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ПСИХОЛОГІЯ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

(назва навчальної дисципліни)

Освітній ступінь **магістр**

(назва ступеня вищої освіти)

Спеціальність **С4 Психологія**

(шифр і назва)

на 2025/2025 навчальний рік

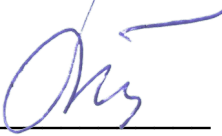
Форма навчання **заочна** Обсяг **3,0** кредити ЄКТС, (**90** годин)

Курс **перший** Групи **ПМЗ-25**

№ теми згідно з РПНД	Назва теми (згідно з РПНД)	Загальний обсяг годин	Аудиторна робота				Самостійна (індивідуальна) робота
			Всього	Лекції	Семінари	Практ. заняття	
1	Введення до психології розвитку особистості	12	2	2			10
2	Уявлення про особистість та її розвиток в теоріях фрейдизму та неофрейдизму	12	2			2	10
3	Уявлення про розвиток особистості в теоріях біхевіоризму	10					10
4	Уявлення про особистість та її розвиток в когнітивній психології	12	2	2			10
5	Диспозиційні теорії особистості	12	2			2	10
6	Уявлення про розвиток особистості в гуманістичній психології	10					10
7	Теорії розвитку особистості в екзистенціальній психології	12	2	2			10
8	Уявлення про особистість та її трансформації в теоріях гештальт-психології	10					10
	Разом за семестр	90	10	6		4	80

Розглянуто і схвалено на засіданні кафедри психології, протокол 19.08.2025 № 1.

Завідувач кафедри

A handwritten signature in blue ink, consisting of stylized letters, is written over a horizontal line.

Людмила ПРИСНЯКОВА

Додаток 2
до Робочої програми з навчальної
дисципліни

ІНФОРМАЦІЙНЕ ТА МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ПСИХОЛОГІЯ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

(назва навчальної дисципліни)

Освітній ступінь

магістр

Спеціальність

С4 Психологія

(назва ступеня вищої освіти)

(шифр і назва)

на 2025/2025 навчальний рік

Підручники:

1. Фройд З. Вступ до психоаналізу. Нові висновки. Харків: КСД, 2021. 552с.
2. Варій М. Психологія особистості. Київ : Сварог, 2020. 592 с.
3. Герман Дж. Психологічна травма та шлях до видужання. Львів: Видавництво Старого Лева, 2021. 424 с.
4. Москалець В. П. Психологія особистості. Підручник, 3 вид. перероб. доповн./ В. П. Москалець. Київ: Видавництво Ліра-К, 2020. 364 с.

Навчальні посібники, інші дидактичні та методичні матеріали:

1. Панфілова Г.Б., Сурякова М.В., Склянська О.В. Соціальна психологія (з основами соціально-психологічного тренінгу): Навч. посібник [електронне видання]. Дніпро: Середняк Т. К., 2021. 150 с.
2. Католик Г., Калька Н. Психологія особистості (в схемах, презентаціях і таблицях): навчальний посібник - Львів: ЛьвДУВС, 2022. 158 с.
3. Кацавець Р. С. Психологія особистості : навчальний посібник. Київ : Алерта, 2021. 134 с.
4. Карамушка Л.М. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати: методичні рекомендації. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2024. 48 с.
5. Кокун О. М. Сприяння підвищенню життєстійкості фахівців соціономічних професій : методичні рекомендації / О.М. Кокун, О.М. Корніяка, Н.М. Панасенко та ін.; за ред. О.М. Кокуна. Київ – Львів : Видавець Вікторія Кундельська, 2021. 84 с.
6. Пісоцький В. П., Горянський А. М. Психічний розвиток та формування особистості в онтогенезі : навчальний посібник для вищих навчальних закладів. Київ: КНТ, 2018. 144 с.
7. Соціально-психологічні технології відновлення особистості після

травматичних подій: практичний посібник / [Т. М. Титаренко, М. С. Дворник, В. О. Климчук та ін.] ; за наук. ред. Т. М. Титаренко / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2019. 220 с.

8. Я-концепція у становленні особистості: цикл тренінгових вправ: навчально-методичний посібник / Укл.: Тимофієва М. П., Павлюк О. І. Чернівці, 2019. 107 с.

9. Українське Лонгітюдне Дослідження = Ukrainian Longitudinal Study (ULS) : Метод. рек. з використання психодіагност. інструментів трет. хвили дослідж. / [Максименко С. Д., Кокун О. М., Панок В. Г. та ін.] ; НАПН України, Ін-т психології імені Г. С. Костюка, УНМЦ практ. психології та соц. ; НАМН України, ДУ "Ін-т охорони здоров'я дітей та підлітків", ДУ "Ін-т неврології психіатрії та наркології" ; Харків. нац. ун-т. внутр. справ ; Ун-т Вейна. – Київ: Ін-т психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 77 с. URI: <http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/14194>

Монографії та інші наукові видання:

1. Дискурсивне конструювання досвіду у контексті розвитку особистості: монографія / [Н. В. Чепелева, М. Л. Смульсон, С. Ю. Рудницька, О. В. Зазимко, та ін.]; за ред. Н. В. Чепелевої. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 194 с.

2. Молочко Я.А. Історіогенез уявлень про нарцисичну спрямованість особистості у психологічній науці: від патології до норми. *Науковий журнал «Габітус»*. Випуск 75, Т. 2, 2025. С. 27-33.

3. Особистісні стратегії життєдіяльності в умовах невизначеності середовища : монографія / Ю.М. Швалб, О.Л. Вернік, О.М. Дячок, Т.М. Кирпенко, О.В. Павленко; за ред. Ю.М. Швалба. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2024.

4. Соціокультурні детермінанти розвитку психології особистості в Україні: монографія. / В. В. Турбан, Л. З. Сердюк, В. В. Москаленко та ін.; за наук. ред. В. В. Турбан. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2023. 296 с.

5. Батраченко І.Г., Панфілова Г.Б., Склянська О.В. Розширення життєвої антиципації особистості як ресурс психологічної допомоги в умовах війни. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія. Том 33 (72) № 4 2022. С.104-109.* Режим доступу https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/4_2022/18.pdf

6. Білюченко Ю. М. Особливості агресивності осіб, що належать до різних статевих-вікових груп : дис. ... д-ра філософії : 053 Психологія. МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків, 2024. 234 с.

7. Земляна Ю.А. Вплив періоду невизначеності на психологічне благополуччя особистості. *Науковий журнал «Габітус»*. Випуск 72, Т. 1. 2025. С. 81-85.

8. Камінська А.М., Панфілова Г.Б., Чириченко Ю.В. Психологічна допомога у період кризи середнього віку шляхом психокорекції в процесі АСПП із використанням художніх творів *Науковий журнал «Габітус»*. № 27, 2021. С. 114 - 119. Index Copernicus, Google Scholar. Режим доступу: <http://habitus.od.ua/journals/2021/27-2021/21.pdf>
9. Камінська А.М., Панфілова Г.Б., Полянничко О.М. Використання художніх творів за темами комплексу психомалюнків у процесі глибинного пізнання психіки суб'єкта. *Науковий журнал «Габітус»*. №19, 2020. С. 117-122. Index Copernicus, Google Scholar. Режим доступу: <http://habitus.od.ua/journals/2020/19-2020/22.pdf>
10. Карпенко Є. В. Психологія емоційного інтелекту в дискурсі життєздійснення особистості: дис. д-ра психол. наук: 19.00.07. Івано-Франківськ, 2020. 497 с.
11. Коваленко Є. С. Психологічні чинники правової інтолерантності військовослужбовців : дис. ... д-ра філософії : 053 Психологія / Коваленко Євгеній Сергійович; МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків, 2024. 285 с.
12. Лісовенко А.Ф., Форманюк Ю.В. Психофізіолого-генетичні та нейропсихологічні основи заздрості. *Габітус*, Випуск 22. Одеса, 2021.
13. Максименко С, Кісарчук З., Гребінь Л. Оцінка проявів ПТСР у військовослужбовців та ветеранів на основі психодинамічної моделі психотравми з урахуванням феномену структурної регресії. *Актуальні дослідження в сучасній вітчизняній екстремальній та кризовій психології: монографія. Том II* / за заг. ред. В. П. Садового., О.В.Тімченка. Харків: НУЦЗУ, 2022. 436 с.
14. Психологічні наслідки війни: міждисциплінарний нарис про Харківщину та її мешканців : моногр. / О. О. Євдокімова, І. С. Нечитайло, О. В. Брусакова та ін., за заг. ред. В. В. Сокурєнка; Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків : Факт, 2024. 411 с
15. Самодетермінація психологічного благополуччя особистості: монографія / Л. З. Сердюк, І. В. Данилюк, В. В. Турбан, О. І. Пенькова, Н. Д. Володарська [та ін.]; за ред. Л. З. Сердюк. Київ – Львів : Видавець Вікторія Кундельська, 2021. 236 с.
16. Троценко А. Л. Валідизація Шкали особистісної динаміки. *Журнал соціальної та практичної психології*. 2024. № 3. С. 52–62.
17. Троценко А. Л. Шкала особистісної динаміки: надійність та чутливість методики. *Науковий журнал «Габітус»*. 2024. № 68. С. 219–226.
18. Фролова Н. В. Структурна модель психологічної допомоги цивільному населенню під час війни в Україні. *Науковий журнал «Габітус»*. 2025. № 69. С. 253–258.
19. Фурман А.А. Психологія смисложиттєвого розвитку особистості: [монографія] / Анатолій Анатолійович Фурман. Тернопіль: ТНЕУ, 2017. 508 с
20. Balke E. Trauma and conflict prevention: A critical assessment of the theoretical foundations and contribution of psychosocial projects in war-torn

societies. London: Development Studies Institute, LSE, 2002.

21. Beukian S. Nationalism and collective trauma. The state of nationalism. Studies on National Movements. 2020. Vol. 5. P. 1–19. URL: <https://stateofnationalism.eu/article/nationalism-and-collective-trauma/>

22. Panfiliva H.B. et al. Psychological characteristics of patients with musculoskeletal disorders. *Georgian Medical News*, 2021, No 10 (319). Tbilisi - New York p.112-118. **SCOPUS**

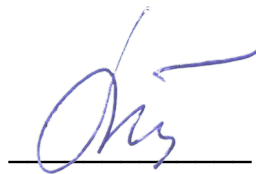
23. Childhood trauma and outcome trajectories in patients with longstanding eating disorders across 17 years Eijsen HP et al. *International Journal of Eating Disorders*, 2023.

Інтернет-ресурси:

1. Пошукова система Google Scholar <http://scholar.google.com/>
2. Пошукова система Springer <https://link.springer.com/>
3. Пошукова система Google books <https://books.google.com/>
4. Пошукова система WorldWideScience.org <https://worldwidescience.org/>
5. Пошукова система DOAJ <https://www.doaj.org/>
6. Пошукова система DOAB <https://www.doabooks.org/>
7. Пошукова система Springer Open <https://www.springeropen.com/>

Розглянуто і схвалено на засіданні кафедри психології, протокол 19.08.2025 № 1.

Завідувач кафедри



Людмила ПРИСНЯКОВА

**ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ПРИВАТНИЙ ЗАКЛАД
«ДНІПРОВСЬКИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»**

НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ

КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

**ПЛАНИ СЕМІНАРСЬКИХ (ПРАКТИЧНИХ) ЗАНЯТЬ
З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

ПСИХОЛОГІЯ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

(назва навчальної дисципліни)			
Освітній ступінь	Магістр	Спеціальність	С4 Психологія
	(назва ступеня вищої освіти)		(шифр і назва)
Освітня програма	«Психологія», наказ від 24.04.2025 № 32-02		
	(назва, дата і № наказу про затвердження ОП)		
Форма навчання	Денна		
	(денна/заочна)		
	у 2025/2026 навчальному році		

Плани семінарських (практичних) занять
обговорені та схвалені на засіданні
кафедри психології
протокол від 19.08.2025 № 1
Завідувач кафедри психології

(підпис)

Людмила ПРИСНЯКОВА

Дніпро – 2025

Психологія розвитку особистості // Плани семінарських, практичних занять та занять з самостійної роботи для денної форми навчання. Дніпро : ВНПЗ «Дніпровський гуманітарний університет», 2025. 29 с.

РОЗРОБНИК(-И): Панфілова Г.Б. кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології ВНПЗ «Дніпровський гуманітарний університет».

.

ТЕМА 1. ВВЕДЕННЯ ДО ПСИХОЛОГІЇ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

Семінарське заняття №1 – 2 год.

План

1. Поняття особистості у психології.
2. Співвідношення понять «індивід», «суб'єкт діяльності», «індивідуальність» і «особистість», «розвиток особистості», «трансформація особистості».
3. Культурно-історичний та діяльнісний підхід в розумінні особистості та її розвитку

Основні поняття, терміни та категорії, що підлягають засвоєнню: «індивід», «суб'єкт діяльності», «індивідуальність» і «особистість», «розвиток особистості», «трансформація особистості», діяльнісний підхід, культурно-історична теорія.

Уміння, які мають бути вироблені, та навички, які мають бути напрацьовані під час заняття:

1. Здатність аналізувати сучасні наукові дослідження та їхні результати, розуміти основні підходи та поняття, що використовуються в сучасній психології особистості.
2. Здатність аналізувати сучасні психологічні концепції особистості та її розвитку, виокремлювати та розрізняти основні дефініції, адекватно використовувати їх при аналізі психологічних феноменів.
3. Навички роботи з науковими текстами, літературними джерелами, вміння аналізувати, виокремлювати головне, зазначати питання, що недостатньо розроблені.
4. Удосконалення комунікаційних навичок для обговорення та взаємодії з іншими студентами щодо важливих аспектів сучасних теоретичних та емпіричних досліджень у психології особистості та її розвитку.

Завдання для самостійної роботи до Теми 1:

Опануйте наступні питання

1. Основні критерії для класифікації теорій особистості.
2. Психологічна теорія особистості як система взаємопов'язаних ідей і принципів, що має на меті пояснення природи особистості людини.
3. Функції психологічних теорій розвитку особистості: роз'яснювальна і прогностична. Компоненти теорії особистості: структура, мотивація, розвиток особистості тощо.
4. Критерії оцінювання теорії розвитку особистості: верифікованість, внутрішня узгодженість, евристична цінність, економічність, широта, функціональна значущість (Л. Х'єлл, Д. Зіглер).
5. Проблема емпіричної валідазації теорій розвитку особистості.

Індивідуальні завдання до Теми 1:

Підготуйте реферати з наступних тем.

1. Стабільне та динамічне в особистості.
2. Стійкість особистості: психологічний аспект.
3. Внутрішньо особистісні конфлікти та кризи: механізми їх виникнення і шляхи подолання.
4. Проблема норми і патології в розвитку особистості.

ТЕМА 2. УЯВЛЕННЯ ПРО ОСОБИСТІСТЬ ТА ЇЇ РОЗВИТОК В ТЕОРІЯХ ФРЕЙДИЗМУ ТА НЕОФРЕЙДИЗМУ

Семінарське заняття №2 – 2 год.

План

1. Теорія особистості Еріка Берна.
2. Теорія особистості Еріка Еріксона. Стадії розвитку особистості
3. Теорія особистості Гарі Стек Саллівана.

Основні поняття, терміни та категорії, що підлягають засвоєнню:
транзакція, позиції «дорослий», «дитина», «батько», нормальний та аномальний варіант розвитку особистості, рівні формування досвіду.

Уміння, які мають бути вироблені, та навички, які мають бути напрацьовані під час заняття:

Здатність аналізувати сучасні наукові дослідження та їхні результати, розуміти основні підходи та поняття, що використовуються в сучасній психології особистості.

1. Здатність аналізувати сучасні психологічні концепції особистості та її розвитку, виокремлювати та розрізняти основні дефініції, адекватно використовувати їх при аналізі психологічних феноменів.

2. Навички роботи з науковими текстами, літературними джерелами, вміння аналізувати, виокремлювати головне, зазначати питання, що недостатньо розроблені.

3. Удосконалення комунікаційних навичок для обговорення та взаємодії з іншими студентами щодо важливих аспектів сучасних теоретичних та емпіричних досліджень у психології особистості та її розвитку.

Завдання для самостійної роботи до Теми 2:

Розкрийте наступні питання.

1. Стадії розвитку особистості за Г. Салліваном. Інтерперсональна теорія.

2. Тривога в концепції К.Хорні та її значення в процесі формування та розвитку особистості.
3. Принципи взаємодії між підсистемами особистості за К.Г. Юнгом.
4. Метод діагностики ранніх спогадів А. Адлера у дослідженнях особистості.
5. Характеристика основних типів життєвих орієнтацій особистості в теорії К. Хорні.
6. Сценарій особистості в теорії Е. Берна.
7. Динаміка особистості за Г.С. Салліваном.

Індивідуальні завдання до Теми 2:

Підготуйте реферати на теми:

1. Особистість та її розвиток в теорії Вільгельма Райха.
2. Теорія особистості Карен Хорні.
3. Особистість та її трансформація в концепції Еріха Фромма.

ТЕМА 3. УЯВЛЕННЯ ПРО РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ В ТЕОРІЯХ БІХЕВІОРИЗМУ

Семінарське заняття №3 – 2 год.

План

1. Ефективність позитивного підкріплення в теорії Б.Ф. Скіннера.
Класифікація режимів підкріплення.
2. Теорія біхевіоризму Дж. Б. Уотсона.
3. Теорія соціального вчення Дж. Роттера.
4. Біхевіористична теорія Е. Толмена.

Основні поняття, терміни та категорії, що підлягають засвоєнню:
біхевіоризм, соціальне научіння, схема стимул-реакція, режими підкріплення

Уміння, які мають бути вироблені, та навички, які мають бути напрацьовані під час заняття:

- Здатність аналізувати сучасні наукові дослідження та їхні результати, розуміти основні підходи та поняття, що використовуються в сучасній психології особистості.
- Здатність аналізувати сучасні психологічні концепції особистості та її розвитку, виокремлювати та розрізняти основні дефініції, адекватно використовувати їх при аналізі психологічних феноменів.
- Навички роботи з науковими текстами, літературними джерелами, вміння аналізувати, виокремлювати головне, зазначати питання, що недостатньо розроблені.

- Удосконалення комунікаційних навичок для обговорення та взаємодії з іншими студентами щодо важливих аспектів сучасних теоретичних та емпіричних досліджень у психології особистості та її розвитку.

Завдання для самостійної роботи до Теми 3:

Надати відповіді на питання:

1. Основні історичні періоди у вивченні особистості та її розвитку: філософсько-літературний, клінічний та експериментальний.
2. Вплив історичних періодів у вивченні особистості та її розвитку на сучасний стан проблеми.
3. Необхідність та сутність експериментального підходу до вивчення психології розвитку особистості. Значення біхевіоризму в цьому контексті

Індивідуальні завдання до Теми 3:

Підготуйте презентацію за темою
«Теорія наuczіння (Є. Торндайк, Б. Скіннер, А. Бандура)»,
Рефлексологія В.М. Бехтерева.

ТЕМА 4. УЯВЛЕННЯ ПРО ОСОБИСТІСТЬ ТА ЇЇ РОЗВИТОК В КОГНІТИВНІЙ ПСИХОЛОГІЇ

Семінарське заняття №4 – 2 год.

План

1. Когнітивні теорії особистості та її розвитку.
2. Теорія особистості Джорджа Келлі.
3. Поняття особистісного конструкту.
4. Типи та якості особистісних конструктів.
5. Тест репертуарних решіток як метод дослідження особистості.

Основні поняття, терміни та категорії, що підлягають засвоєнню:
когнітивні теорії особистості, особистісні конструкти, їх типи та якості, репертуарні решітки, розвиток мислення в онтогенезі,

Уміння, які мають бути вироблені, та навички, які мають бути напрацьовані під час заняття:

1. Здатність аналізувати сучасні наукові дослідження та їхні результати, розуміти основні підходи та поняття, що використовуються в сучасній психології особистості.
2. Здатність аналізувати сучасні психологічні концепції особистості та її розвитку, виокремлювати та розрізняти основні дефініції, адекватно використовувати їх при аналізі психологічних феноменів.

3. Навички роботи з науковими текстами, літературними джерелами, вміння аналізувати, виокремлювати головне, зазначати питання, що недостатньо розроблені.

4. Удосконалення комунікаційних навичок для обговорення та взаємодії з іншими студентами щодо важливих аспектів сучасних теоретичних та емпіричних досліджень у психології особистості та її розвитку.

Завдання для самостійної роботи до Теми 4:

Підготувати презентації на теми:

1. Розвиток мислення в онтогенезі (теорія Жана Піаже).
2. Внесок Жана Піаже в розуміння особистості та її розвитку.

Індивідуальні завдання до Теми 4:

Пройти тест репертуарних решіток Дж. Келлі та підготувати звіт щодо отриманих результатів дослідження.

ТЕМА 5. ДИСПОЗИЦІЙНІ ТЕОРІЇ ОСОБИСТОСТІ

Семінарське заняття №5 – 2 год

План

1. Теорія рис особистості Р. Кеттелла.
2. Теорія особистості Г. Айзенка.

Основні поняття, терміни та категорії, що підлягають засвоєнню:
 риси особистості; екстраверсія, інтроверсія, нестабільність, стабільність.

Уміння, які мають бути вироблені, та навички, які мають бути напрацьовані під час заняття:

1. Здатність аналізувати сучасні наукові дослідження та їхні результати, розуміти основні підходи та поняття, що використовуються в сучасній психології особистості.
2. Здатність аналізувати сучасні психологічні концепції особистості та її розвитку, виокремлювати та розрізняти основні дефініції, адекватно використовувати їх при аналізі психологічних феноменів.
3. Навички роботи з науковими текстами, літературними джерелами, вміння аналізувати, виокремлювати головне, зазначати питання, що недостатньо розроблені.
4. Удосконалення комунікаційних навичок для обговорення та взаємодії з іншими студентами щодо важливих аспектів сучасних теоретичних та емпіричних досліджень у психології особистості та її розвитку.

Завдання для самостійної роботи до Тем 5:

Підготувати презентацію «Концепція особистості Гордона Олпорта», «розвиток самості та характеристика зрілої особистості за Г. Олпортом».

Індивідуальні завдання до Тем 5:

1. Пройти тест Г. Айзенка та підготувати звіт щодо отриманих результатів дослідження.
2. Пройти тест Р. Кеттелла та підготувати звіт щодо отриманих результатів дослідження.

ТЕМА 6. УЯВЛЕННЯ ПРО РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ В ГУМАНІСТИЧНІЙ ПСИХОЛОГІЇ

Семінарське заняття №6 – 2 год

План

1. Теорія особистості Абрахама Маслоу.
2. Самоактуалізація, мотивація та психологічне зростання особистості за Абрахамом Маслоу.
3. Абрахам Маслоу про принцип синергії.
4. Теорія особистості за Карлом Роджерсом.
5. Карл Роджерс про становлення особистості та мотивацію.
6. Самість та закономірності її розвитку за К. Роджерсом.
7. Поняття «повноцінно функціонуючої людини» в концепції К. Роджерса.

Основні поняття, терміни та категорії, що підлягають засвоєнню: принцип синергії, потреби особистості, розвиток особистості, піраміда потреб, становлення особистості, самість, поняття «повноцінно функціонуючої людини», терапевтичні стосунки.

Уміння, які мають бути вироблені, та навички, які мають бути напрацьовані під час заняття:

1. Здатність аналізувати сучасні наукові дослідження та їхні результати, розуміти основні підходи та поняття, що використовуються в сучасній психології особистості.
2. Здатність аналізувати сучасні психологічні концепції особистості та її розвитку, виокремлювати та розрізняти основні дефініції, адекватно використовувати їх при аналізі психологічних феноменів.
3. Навички роботи з науковими текстами, літературними джерелами, вміння аналізувати, виокремлювати головне, зазначати питання, що недостатньо розроблені.

4. Удосконалення комунікаційних навичок для обговорення та взаємодії з іншими студентами щодо важливих аспектів сучасних теоретичних та емпіричних досліджень у психології особистості та її розвитку.

Завдання для самостійної роботи до Теми 6:

Підготуйте презентації за темами

1. Природа людини за А. Маслоу.
2. А. Маслоу про мотивацію.
3. Поняття самоактуалізації.
4. Психологічне зростання особистості за А. Маслоу.

Індивідуальні завдання до Теми 6:

Підготуйте доповіді на теми:

1. Умови зростання та становлення особистості за К. Роджерсом.
2. Тлумачення К. Роджерсом причин психічних розладів та психопатології.
3. Терапевтичність міжособистісних відносин за К. Роджерсом.

ТЕМА 7. ТЕОРІЇ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ В ЕКЗИСТЕНЦІАЛЬНІЙ ПСИХОЛОГІЇ

Семінарське заняття №7 – 2 год

План

1. І. Ялом як представник екзистенціального напрямку: уявлення про особистість та її трансформацію.
2. Особистість та її розвиток в концепції Р. Мея: розвиток особистості протягом життєвого шляху.
3. Особистість в екзистенціальній психології Р. Лейнга.

Основні поняття, терміни та категорії, що підлягають засвоєнню:
аутентичність особистості, зрілі стосунки, розвиток особистості протягом життєвого шляху, страх смерті та порожнеча життя, свобода та відповідальність протягом життя; нормальна та невротична тривога, типи онтологічної провини, умови онтологічного буття; антипсихіатрія, «розколоте Я», шизоїдна особистість.

Уміння, які мають бути вироблені, та навички, які мають бути напрацьовані під час заняття:

1. Здатність аналізувати сучасні наукові дослідження та їхні результати, розуміти основні підходи та поняття, що використовуються в сучасній психології особистості.

2. Здатність аналізувати сучасні психологічні концепції особистості та її розвитку, виокремлювати та розрізняти основні дефініції, адекватно використовувати їх при аналізі психологічних феноменів.

3. Навички роботи з науковими текстами, літературними джерелами, вміння аналізувати, виокремлювати головне, зазначати питання, що недостатньо розроблені.

4. Удосконалення комунікаційних навичок для обговорення та взаємодії з іншими студентами щодо важливих аспектів сучасних теоретичних та емпіричних досліджень у психології особистості та її розвитку.

Завдання для самостійної роботи до Теми 7:

Підготуйте презентації:

1. Охарактеризувати джерела екзистенціальної психології.
2. Особистість в психотеології Р. Мея.
3. Особистість в екзистенціальній психіатрії Р. Лейнга.

Індивідуальні завдання до Теми 7:

Проаналізуйте роботу І.Ялома (будь-яка за вибором)

ТЕМА 8. УЯВЛЕННЯ ПРО ОСОБИСТІСТЬ ТА ЇЇ ТРАНСФОРМАЦІЇ В ТЕОРІЯХ ГЕШТАЛЬТ-ПСИХОЛОГІЇ

Семінарське заняття №8 – 2 год.

План

1. Концепція особистості Фредеріка Перлза: цілісність організму та особистості.
2. Основні принципи та процедури в гештальт-терапії в контексті розуміння розвитку особистості.
3. Основні принципи теорії поля Курта Левіна.
4. Модель особистості у теорії поля.
5. Курт Левін про розвиток особистості.

Основні поняття, терміни та категорії, що підлягають засвоєнню: цілісність організму та особистості, гештальт-терапія, рівні психологічного зростання особистості, «рівні неврозу», види порушення кордону між особистістю і середовищем, теорія поля, розвиток особистості.

Уміння, які мають бути вироблені, та навички, які мають бути напрацьовані під час заняття:

1. Здатність аналізувати сучасні наукові дослідження та їхні результати, розуміти основні підходи та поняття, що використовуються в сучасній психології особистості.

2. Здатність аналізувати сучасні психологічні концепції особистості та її розвитку, виокремлювати та розрізняти основні дефініції, адекватно використовувати їх при аналізі психологічних феноменів.

3. Навички роботи з науковими текстами, літературними джерелами, вміння аналізувати, виокремлювати головне, зазначати питання, що недостатньо розроблені.

4. Удосконалення комунікаційних навичок для обговорення та взаємодії з іншими студентами щодо важливих аспектів сучасних теоретичних та емпіричних досліджень у психології особистості та її розвитку.

Завдання для самостійної роботи до Теми 8:

Реферування з використанням цитування і перефразування результатів експериментальних досліджень особистості, які виконані у руслі концепції К. Левіна.

Індивідуальні завдання до Теми 8:

1. Рівні психологічного зростання особистості за Ф.Перлзом
2. Порухення кордону між особистістю і середовищем: порівняльний аналіз концепції Ф.Перлза та сучасних психологічних досліджень

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Рекомендована література до Теми 1:

Основна:

1. Дискурсивне конструювання досвіду у контексті розвитку особистості: монографія / [Н. В. Чепелева, М. Л. Смульсон, С. Ю. Рудницька, О. В. Зазимко, та ін.]; за ред. Н. В. Чепелевої. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 194 с.

2. Католик Г., Калька Н. Психологія особистості (в схемах, презентаціях і таблицях): навчальний посібник - Львів: ЛьвДУВС, 2022. 158 с.

3. Кацавець Р. С. Психологія особистості : навчальний посібник. Київ : Алерта, 2021. 134 с.

4. Молочко Я.А. Історіогенез уявлень про нарцисичну спрямованість особистості у психологічній науці: від патології до норми. *Науковий журнал «Габітус»*. Випуск 75, Т. 2, 2025. С. 27-33.

5. Особистісні стратегії життєдіяльності в умовах невизначеності середовища : монографія / Ю.М. Швалб, О.Л. Вернік, О.М. Дячок, Т.М. Кирпенко, О.В. Павленко; за ред. Ю.М. Швалба. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2024.

6. Соціокультурні детермінанти розвитку психології особистості в Україні: монографія. / В. В. Турбан, Л. З. Сердюк, В. В. Москаленко та ін.; за наук. ред. В. В. Турбан. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН

України, 2023. 296 с.

7. Фройд З. Вступ до психоаналізу. Нові висновки. Харків: КСД, 2021. 552с.

Додаткова:

1. Батраченко І.Г., Панфілова Г.Б., Склянська О.В. Розширення життєвої антиципації особистості як ресурс психологічної допомоги в умовах війни. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія. Том 33 (72) № 4 2022.* С.104-109. Режим доступу https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/4_2022/18.pdf
2. Білюченко Ю. М. Особливості агресивності осіб, що належать до різних статево-вікових груп : дис. ... д-ра філософії : 053 Психологія. МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків, 2024. 234 с.
3. Варій М. Психологія особистості. Київ : Сварог, 2020. 592 с.
4. Герман Дж. Психологічна травма та шлях до видужання. Львів: Видавництво Старого Лева, 2021. 424 с.
5. Земляна Ю.А. Вплив періоду невизначеності на психологічне благополуччя особистості. *Науковий журнал «Габітус»*. Випуск 72, Т. 1. 2025. С. 81-85.
6. Камінська А.М., Панфілова Г.Б, Чириченко Ю.В. Психологічна допомога у період кризи середнього віку шляхом психокорекції в процесі АСПП із використанням художніх творів *Науковий журнал «Габітус»*. № 27, 2021. С. 114 - 119. Index Copernicus, Google Scholar. Режим доступу: <http://habitus.od.ua/journals/2021/27-2021/21.pdf>
7. Камінська А.М., Панфілова Г.Б., Полянничко О.М. Використання художніх творів за темами комплексу психомалюнків у процесі глибинного пізнання психіки суб'єкта. *Науковий журнал «Габітус»*. №19, 2020. С. 117-122. Index Copernicus, Google Scholar. Режим доступу: <http://habitus.od.ua/journals/2020/19-2020/22.pdf>
8. Москалець В. П. Психологія особистості. Підручник, 3 вид. перероб. доповн./ В. П. Москалець. Київ: Видавництво Ліра-К, 2020. 364 с.
9. Панфілова Г.Б., Сурякова М.В., Склянська О.В. Соціальна психологія (з основами соціально-психологічного тренінгу): Навч. посібник [електронне видання]. Дніпро: Середняк Т. К., 2021. 150 с.
10. Психологічні наслідки війни: міждисциплінарний нарис про Харківщину та її мешканців : моногр. / О. О. Євдокімова, І. С. Нечітайло, О. В. Брусакова та ін., за заг. ред. В. В. Сокурєнка; Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків : Факт, 2024. 411 с
11. Пісоцький В. П., Горянський А. М. Психічний розвиток та формування особистості в онтогенезі : навчальний посібник для вищих навчальних закладів. Київ: КНТ, 2018. 144 с.
12. Я-концепція у становленні особистості: цикл тренінгових вправ: навчально-методичний посібник / Укл.: Тимофієва М. П.,Павлюк О. І. Чернівці, 2019. 107 с.

13. Троценко А. Л. Валідизація Шкали особистісної динаміки. *Журнал соціальної та практичної психології*. 2024. № 3. С. 52–62.
14. Троценко А. Л. Шкала особистісної динаміки: надійність та чутливість методики. *Науковий журнал «Габітус»*. 2024. № 68. С. 219–226.
15. Balke E. Trauma and conflict prevention: A critical assessment of the theoretical foundations and contribution of psychosocial projects in war-torn societies. London: Development Studies Institute, LSE, 2002.
16. Beukian S. Nationalism and collective trauma. The state of nationalism. *Studies on National Movements*. 2020. Vol. 5. P. 1–19. URL: <https://stateofnationalism.eu/article/nationalism-and-collective-trauma/>
17. Childhood trauma and outcome trajectories in patients with longstanding eating disorders across 17 years Eijsen HP et al. *International Journal of Eating Disorders*, 2023.

Рекомендована література до Теми 2:

Основна:

1. Дискурсивне конструювання досвіду у контексті розвитку особистості: монографія / [Н. В. Чепелева, М. Л. Смульсон, С. Ю. Рудницька, О. В. Зазимко, та ін.]; за ред. Н. В. Чепелевої. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 194 с.
2. Католик Г., Калька Н. Психологія особистості (в схемах, презентаціях і таблицях): навчальний посібник - Львів: ЛьвДУВС, 2022. 158 с.
3. Кацавець Р. С. Психологія особистості : навчальний посібник. Київ : Алерта, 2021. 134 с.
4. Молочко Я.А. Історіогенез уявлень про нарцисичну спрямованість особистості у психологічній науці: від патології до норми. *Науковий журнал «Габітус»*. Випуск 75, Т .2, 2025. С. 27-33.
5. Особистісні стратегії життєдіяльності в умовах невизначеності середовища : монографія / Ю.М. Швалб, О.Л. Вернік, О.М. Дячок, Т.М. Кирпенко, О.В. Павленко; за ред. Ю.М. Швалба. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2024.
6. Соціокультурні детермінанти розвитку психології особистості в Україні: монографія. / В. В. Турбан, Л. З. Сердюк, В. В. Москаленко та ін.; за наук. ред. В. В. Турбан. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2023. 296 с.
7. Фройд З. Вступ до психоаналізу. Нові висновки. Харків: КСД, 2021. 552с.

Додаткова:

1. Батраченко І.Г., Панфілова Г.Б., Склянська О.В. Розширення життєвої антиципації особистості як ресурс психологічної допомоги в умовах війни. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія. Том 33 (72) № 4 2022.* С.104-109. Режим доступу

https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/4_2022/18.pdf

2. Варій М. Психологія особистості. Київ : Сварог, 2020. 592 с.
3. Земляна Ю.А. Вплив періоду невизначеності на психологічне благополуччя особистості. *Науковий журнал «Габітус»*. Випуск 72, Т. 1. 2025. С. 81-85.
4. Камінська А.М., Панфілова Г.Б., Чириченко Ю.В. Психологічна допомога у період кризи середнього віку шляхом психокорекції в процесі АСПП із використанням художніх творів *Науковий журнал «Габітус»*. № 27, 2021. С. 114 - 119. Index Copernicus, Google Scholar. Режим доступу: <http://habitus.od.ua/journals/2021/27-2021/21.pdf>
5. Камінська А.М., Панфілова Г.Б., Полянничко О.М. Використання художніх творів за темами комплексу психомалюнків у процесі глибинного пізнання психіки суб'єкта. *Науковий журнал «Габітус»*. №19, 2020. С. 117-122. Index Copernicus, Google Scholar. Режим доступу: <http://habitus.od.ua/journals/2020/19-2020/22.pdf>
6. Москалець В. П. Психологія особистості. Підручник, 3 вид. перероб. доповн./ В. П. Москалець. Київ: Видавництво Ліра-К, 2020. 364 с.
7. Панфілова Г.Б., Сурякова М.В., Склянська О.В. Соціальна психологія (з основами соціально-психологічного тренінгу): Навч. посібник [електронне видання]. Дніпро: Середняк Т. К., 2021. 150 с.
8. Психологічні наслідки війни: міждисциплінарний нарис про Харківщину та її мешканців : моногр. / О. О. Євдокімова, І. С. Нечитайло, О. В. Брусакова та ін., за заг. ред. В. В. Сокурєнка; Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків : Факт, 2024. 411 с
9. Пісоцький В. П., Горянський А. М. Психічний розвиток та формування особистості в онтогенезі : навчальний посібник для вищих навчальних закладів. Київ: КНТ, 2018. 144 с.
10. Я-концепція у становленні особистості: цикл тренінгових вправ: навчально-методичний посібник / Укл.: Тимофієва М. П.,Павлюк О. І. Чернівці, 2019. 107 с.
- 11.Фурман А.А. Психологія смисложиттєвого розвитку особистості: [монографія] / Анатолій Анатолійович Фурман. Тернопіль: ТНЕУ, 2017. 508 с
12. Balke E. Trauma and conflict prevention: A critical assessment of the theoretical foundations and contribution of psychosocial projects in war-torn societies. London: Development Studies Institute, LSE, 2002.
13. Beukian S. Nationalism and collective trauma. The state of nationalism. Studies on National Movements. 2020. Vol. 5. P. 1–19. URL: <https://stateofnationalism.eu/article/nationalism-and-collective-trauma/>
14. Childhood trauma and outcome trajectories in patients with longstanding eating disorders across 17 years Eijsen HP et al. International Journal of Eating Disorders, 2023.

Рекомендована література до Теми 3:

Основна:

1. Дискурсивне конструювання досвіду у контексті розвитку особистості: монографія / [Н. В. Чепелева, М. Л. Смульсон, С. Ю. Рудницька, О. В. Зазимко, та ін.]; за ред. Н. В. Чепелевої. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 194 с.
2. Католик Г., Калька Н. Психологія особистості (в схемах, презентаціях і таблицях): навчальний посібник - Львів: ЛьвДУВС, 2022. 158 с.
3. Кацавець Р. С. Психологія особистості : навчальний посібник. Київ : Алерта, 2021. 134 с.
4. Молочко Я.А. Історіогенез уявлень про нарцисичну спрямованість особистості у психологічній науці: від патології до норми. *Науковий журнал «Габітус»*. Випуск 75, Т. 2, 2025. С. 27-33.
5. Особистісні стратегії життєдіяльності в умовах невизначеності середовища : монографія / Ю.М. Швалб, О.Л. Вернік, О.М. Дячок, Т.М. Кирпенко, О.В. Павленко; за ред. Ю.М. Швалба. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2024.
6. Соціокультурні детермінанти розвитку психології особистості в Україні: монографія. / В. В. Турбан, Л. З. Сердюк, В. В. Москаленко та ін.; за наук. ред. В. В. Турбан. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2023. 296 с.

Додаткова:

1. Батраченко І.Г., Панфілова Г.Б., Склянська О.В. Розширення життєвої антиципації особистості як ресурс психологічної допомоги в умовах війни. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія. Том 33 (72) № 4 2022. С.104-109.* Режим доступу https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/4_2022/18.pdf
2. Варій М. Психологія особистості. Київ : Сварог, 2020. 592 с.
3. Земляна Ю.А. Вплив періоду невизначеності на психологічне благополуччя особистості. *Науковий журнал «Габітус»*. Випуск 72, Т. 1. 2025. С. 81-85.
4. Камінська А.М., Панфілова Г.Б., Чириченко Ю.В. Психологічна допомога у період кризи середнього віку шляхом психокорекції в процесі АСПП із використанням художніх творів *Науковий журнал «Габітус»*. № 27, 2021. С. 114 - 119. Index Copernicus, Google Scholar. Режим доступу: <http://habitus.od.ua/journals/2021/27-2021/21.pdf>
5. Камінська А.М., Панфілова Г.Б., Полянничко О.М. Використання художніх творів за темами комплексу психомалюнків у процесі глибинного пізнання психіки суб'єкта. *Науковий журнал «Габітус»*. №19, 2020. С. 117-122. Index Copernicus, Google Scholar. Режим доступу: <http://habitus.od.ua/journals/2020/19-2020/22.pdf>
6. Карамушка Л.М. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати: методичні рекомендації. Київ: Інститут

психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2024. 48 с.

7. Карпенко Є. В. Психологія емоційного інтелекту в дискурсі життєздійснення особистості: дис. дра психол. наук: 19.00.07. ІваноФранківськ, 2020. 497 с.

8. Москалець В. П. Психологія особистості. Підручник, 3 вид. перероб. доповн./ В. П. Москалець. Київ: Видавництво Ліра-К, 2020. 364 с.

9. Панфілова Г.Б., Сурякова М.В., Склянська О.В. Соціальна психологія (з основами соціально-психологічного тренінгу): Навч. посібник [електронне видання]. Дніпро: Середняк Т. К., 2021. 150 с.

10. Пісоцький В. П., Горянський А. М. Психічний розвиток та формування особистості в онтогенезі : навчальний посібник для вищих навчальних закладів. Київ: КНТ, 2018. 144 с.

11. Самодетермінація психологічного благополуччя особистості: монографія / Л. З. Сердюк, І. В. Данилюк, В. В. Турбан, О. І. Пенькова, Н. Д. Володарська [та ін.]; за ред. Л. З. Сердюк. Київ – Львів : Видавець Вікторія Кундельська, 2021. 236 с.

12. Я-концепція у становленні особистості: цикл тренінгових вправ: навчально-методичний посібник / Укл.: Тимофієва М. П., Павлюк О. І. Чернівці, 2019. 107 с.

13. Фурман А.А. Психологія смисложиттєвого розвитку особистості: [монографія] / Анатолій Анатолійович Фурман. Тернопіль: ТНЕУ, 2017. 508 с

14. Balke E. Trauma and conflict prevention: A critical assessment of the theoretical foundations and contribution of psychosocial projects in war-torn societies. London: Development Studies Institute, LSE, 2002.

15. Beukian S. Nationalism and collective trauma. The state of nationalism. Studies on National Movements. 2020. Vol. 5. P. 1–19. URL: <https://stateofnationalism.eu/article/nationalism-and-collective-trauma/>

16. Childhood trauma and outcome trajectories in patients with longstanding eating disorders across 17 years Eijsen HP et al. International Journal of Eating Disorders, 2023.

Рекомендована література до Теми 4:

Основна:

1. Дискурсивне конструювання досвіду у контексті розвитку особистості: монографія / [Н. В. Чепелева, М. Л. Смульсон, С. Ю. Рудницька, О. В. Зазимко, та ін.]; за ред. Н. В. Чепелевої. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 194 с.

2. Католик Г., Калька Н. Психологія особистості (в схемах, презентаціях і таблицях): навчальний посібник - Львів: ЛьвДУВС, 2022. 158 с.

3. Кацавець Р. С. Психологія особистості : навчальний посібник. Київ : Алерта, 2021. 134 с.

4. Молочко Я.А. Історіогенез уявлень про нарцисичну спрямованість особистості у психологічній науці: від патології до норми. *Науковий журнал «Габітус»*. Випуск 75, Т. 2, 2025. С. 27-33.

5. Особистісні стратегії життєдіяльності в умовах невизначеності середовища : монографія / Ю.М. Швалб, О.Л. Вернік, О.М. Дячок, Т.М. Кирпенко, О.В. Павленко; за ред. Ю.М. Швалба. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2024.

6. Соціокультурні детермінанти розвитку психології особистості в Україні: монографія. / В. В. Турбан, Л. З. Сердюк, В. В. Москаленко та ін.; за наук. ред. В. В. Турбан. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2023. 296 с.

Додаткова:

1. Батраченко І.Г., Панфілова Г.Б., Скляньська О.В. Розширення життєвої антиципації особистості як ресурс психологічної допомоги в умовах війни. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія. Том 33 (72) № 4 2022.* С.104-109. Режим доступу https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/4_2022/18.pdf

2. Варій М. Психологія особистості. Київ : Сварог, 2020. 592 с.

3. Герман Дж. Психологічна травма та шлях до видужання. Львів: Видавництво Старого Лева, 2021. 424 с.

4. Земляна Ю.А. Вплив періоду невизначеності на психологічне благополуччя особистості. *Науковий журнал «Габітус»*. Випуск 72, Т. 1. 2025. С. 81-85.

5. Камінська А.М., Панфілова Г.Б., Чириченко Ю.В. Психологічна допомога у період кризи середнього віку шляхом психокорекції в процесі АСПП із використанням художніх творів *Науковий журнал «Габітус»*. № 27, 2021. С. 114 - 119. Index Copernicus, Google Scholar. Режим доступу: <http://habitus.od.ua/journals/2021/27-2021/21.pdf>

6. Камінська А.М., Панфілова Г.Б., Поляничко О.М. Використання художніх творів за темами комплексу психомалюнків у процесі глибинного пізнання психіки суб'єкта. *Науковий журнал «Габітус»*. №19, 2020. С. 117-122. Index Copernicus, Google Scholar. Режим доступу: <http://habitus.od.ua/journals/2020/19-2020/22.pdf>

7. Карамушка Л.М. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати: методичні рекомендації. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2024. 48 с.

8. Карпенко Є. В. Психологія емоційного інтелекту в дискурсі життєздійснення особистості: дис. дра психол. наук: 19.00.07. ІваноФранківськ, 2020. 497 с.

9. Москалець В. П. Психологія особистості. Підручник, 3 вид. перероб. доповн./ В. П. Москалець. Київ: Видавництво Ліра-К, 2020. 364 с.

10. Панфілова Г.Б., Сурякова М.В., Скляньська О.В. Соціальна психологія (з основами соціально-психологічного тренінгу): Навч. посібник [електронне видання]. Дніпро: Середняк Т. К., 2021. 150 с.

11. Пісоцький В. П., Горянський А. М. Психічний розвиток та формування особистості в онтогенезі : навчальний посібник для вищих

навчальних закладів. Київ: КНТ, 2018. 144 с.

12. Самодетермінація психологічного благополуччя особистості: монографія / Л. З. Сердюк, І. В. Данилюк, В. В. Турбан, О. І. Пенькова, Н. Д. Володарська [та ін.]; за ред. Л. З. Сердюк. Київ – Львів : Видавець Вікторія Кундельська, 2021. 236 с.

13. Я-концепція у становленні особистості: цикл тренінгових вправ: навчально-методичний посібник / Укл.: Тимофієва М. П., Павлюк О. І. Чернівці, 2019. 107 с.

14. Троценко А. Л. Валідизація Шкали особистісної динаміки. *Журнал соціальної та практичної психології*. 2024. № 3. С. 52–62.

15. Троценко А. Л. Шкала особистісної динаміки: надійність та чутливість методики. *Науковий журнал «Габітус»*. 2024. № 68. С. 219–226.

16. Українське Лонгітюдне Дослідження = Ukrainian Longitudinal Study (ULS) : Метод. рек. з використання психодіагност. інструментів трет. хвилі дослідж. / [Максименко С. Д., Кокун О. М., Панок В. Г. та ін.] ; НАПН України, Ін-т психології імені Г. С. Костюка , УНМЦ практ. психології та соц. ; НАМН України, ДУ "Ін-т охорони здоров'я дітей та підлітків", ДУ "Ін-т неврології психіатрії та наркології" ; Харків. нац. ун-т. внутр. справ ; Ун-т Вейна. – Київ: Ін-т психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 77 с. URI: <http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/14194>

17. Фролова Н. В. Структурна модель психологічної допомоги цивільному населенню під час війни в Україні. *Науковий журнал «Габітус»*. 2025. № 69. С. 253–258.

18. Фурман А.А. Психологія смисложиттєвого розвитку особистості: [монографія] / Анатолій Анатолійович Фурман. Тернопіль: ТНЕУ, 2017. 508 с

19. Balke E. Trauma and conflict prevention: A critical assessment of the theoretical foundations and contribution of psychosocial projects in war-torn societies. London: Development Studies Institute, LSE, 2002.

20. Beukian S. Nationalism and collective trauma. The state of nationalism. *Studies on National Movements*. 2020. Vol. 5. P. 1–19. URL: <https://stateofnationalism.eu/article/nationalism-and-collective-trauma/>

21. Childhood trauma and outcome trajectories in patients with longstanding eating disorders across 17 years Eijsen HP et al. *International Journal of Eating Disorders*, 2023.

Рекомендована література до Теми 5:

Основна:

1. Дискурсивне конструювання досвіду у контексті розвитку особистості: монографія / [Н. В. Чепелева, М. Л. Смульсон, С. Ю. Рудницька, О. В. Зазимко, та ін.]; за ред. Н. В. Чепелевої. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 194 с.

2. Католик Г., Калька Н. Психологія особистості (в схемах, презентаціях і таблицях): навчальний посібник - Львів: ЛьвДУВС, 2022. 158 с.

3. Кацавець Р. С. Психологія особистості : навчальний посібник. Київ :

Алерта, 2021. 134 с.

4. Молочко Я.А. Історіогенез уявлень про нарцисичну спрямованість особистості у психологічній науці: від патології до норми. *Науковий журнал «Габітус»*. Випуск 75, Т. 2, 2025. С. 27-33.

5. Особистісні стратегії життєдіяльності в умовах невизначеності середовища : монографія / Ю.М. Швалб, О.Л. Вернік, О.М. Дячок, Т.М. Кирпенко, О.В. Павленко; за ред. Ю.М. Швалба. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2024.

6. Соціокультурні детермінанти розвитку психології особистості в Україні: монографія. / В. В. Турбан, Л. З. Сердюк, В. В. Москаленко та ін.; за наук. ред. В. В. Турбан. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2023. 296 с.

Додаткова:

1. Батраченко І.Г., Панфілова Г.Б., Склянська О.В. Розширення життєвої антиципації особистості як ресурс психологічної допомоги в умовах війни. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія. Том 33 (72) № 4 2022.* С.104-109. Режим доступу https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/4_2022/18.pdf

2. Варій М. Психологія особистості. Київ : Сварог, 2020. 592 с.

3. Земляна Ю.А. Вплив періоду невизначеності на психологічне благополуччя особистості. *Науковий журнал «Габітус»*. Випуск 72, Т. 1. 2025. С. 81-85.

4. Камінська А.М., Панфілова Г.Б., Чириченко Ю.В. Психологічна допомога у період кризи середнього віку шляхом психокорекції в процесі АСПП із використанням художніх творів *Науковий журнал «Габітус»*. № 27, 2021. С. 114 - 119. Index Copernicus, Google Scholar. Режим доступу: <http://habitus.od.ua/journals/2021/27-2021/21.pdf>

5. Камінська А.М., Панфілова Г.Б., Полянничко О.М. Використання художніх творів за темами комплексу психомалюнків у процесі глибинного пізнання психіки суб'єкта. *Науковий журнал «Габітус»*. №19, 2020. С. 117-122. Index Copernicus, Google Scholar. Режим доступу: <http://habitus.od.ua/journals/2020/19-2020/22.pdf>

6. Москалець В. П. Психологія особистості. Підручник, 3 вид. перероб. доповн./ В. П. Москалець. Київ: Видавництво Ліра-К, 2020. 364 с.

7. Панфілова Г.Б., Сурякова М.В., Склянська О.В. Соціальна психологія (з основами соціально-психологічного тренінгу): Навч. посібник [електронне видання]. Дніпро: Середняк Т. К., 2021. 150 с.

8. Психологічні наслідки війни: міждисциплінарний нарис про Харківщину та її мешканців : моногр. / О. О. Євдокімова, І. С. Нечитайло, О. В. Брусакова та ін., за заг. ред. В. В. Сокурєнка; Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків : Факт, 2024. 411 с

9. Пісоцький В. П., Горянський А. М. Психічний розвиток та формування особистості в онтогенезі : навчальний посібник для вищих

навчальних закладів. Київ: КНТ, 2018. 144 с.

10. Самодетермінація психологічного благополуччя особистості: монографія / Л. З. Сердюк, І. В. Данилюк, В. В. Турбан, О. І. Пенькова, Н. Д. Володарська [та ін.]; за ред. Л. З. Сердюк. Київ – Львів : Видавець Вікторія Кундельська, 2021. 236 с.

11. Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій: практичний посібник / [Т. М. Титаренко, М. С. Дворник, В. О. Климчук та ін.] ; за наук. ред. Т. М. Титаренко / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2019. 220 с.

12. Я-концепція у становленні особистості: цикл тренінгових вправ: навчально-методичний посібник / Укл.: Тимофієва М. П., Павлюк О. І. Чернівці, 2019. 107 с.

13. Фурман А.А. Психологія смисложиттєвого розвитку особистості: [монографія] / Анатолій Анатолійович Фурман. Тернопіль: ТНЕУ, 2017. 508 с

14. Balke E. Trauma and conflict prevention: A critical assessment of the theoretical foundations and contribution of psychosocial projects in war-torn societies. London: Development Studies Institute, LSE, 2002.

15. Beukian S. Nationalism and collective trauma. The state of nationalism. Studies on National Movements. 2020. Vol. 5. P. 1–19. URL: <https://stateofnationalism.eu/article/nationalism-and-collective-trauma/>

16. Panfiliva H.B. et al. Psychological characteristics of patients with musculoskeletal disorders. *Georgian Medical News*, 2021, No 10 (319). Tbilisi - New York p.112-118. **SCOPUS**

17. Childhood trauma and outcome trajectories in patients with longstanding eating disorders across 17 years Eijsen HP et al. *International Journal of Eating Disorders*, 2023.

Рекомендована література до Теми 6:

Основна:

1. Дискурсивне конструювання досвіду у контексті розвитку особистості: монографія / [Н. В. Чепелева, М. Л. Смульсон, С. Ю. Рудницька, О. В. Зазимко, та ін.]; за ред. Н. В. Чепелевої. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 194 с.

2. Католик Г., Калька Н. Психологія особистості (в схемах, презентаціях і таблицях): навчальний посібник - Львів: ЛьвДУВС, 2022. 158 с.

3. Кацавець Р. С. Психологія особистості : навчальний посібник. Київ : Алерта, 2021. 134 с.

4. Молочко Я.А. Історіогенез уявлень про нарцисичну спрямованість особистості у психологічній науці: від патології до норми. *Науковий журнал «Габітус»*. Випуск 75, Т. 2, 2025. С. 27-33.

5. Особистісні стратегії життєдіяльності в умовах невизначеності середовища : монографія / Ю.М. Швалб, О.Л. Вернік, О.М. Дячок, Т.М. Кирпенко, О.В. Павленко; за ред. Ю.М. Швалба. Київ: Інститут психології

імені Г. С. Костюка НАПН України, 2024.

6. Соціокультурні детермінанти розвитку психології особистості в Україні: монографія. / В. В. Турбан, Л. З. Сердюк, В. В. Москаленко та ін.; за наук. ред. В. В. Турбан. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2023. 296 с.

Додаткова:

1. Батраченко І.Г., Панфілова Г.Б., Скляньська О.В. Розширення життєвої антиципації особистості як ресурс психологічної допомоги в умовах війни. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія. Том 33 (72) № 4 2022.* С.104-109. Режим доступу https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/4_2022/18.pdf
2. Варій М. Психологія особистості. Київ : Сварог, 2020. 592 с.
3. Герман Дж. Психологічна травма та шлях до видужання. Львів: Видавництво Старого Лева, 2021. 424 с.
4. Земляна Ю.А. Вплив періоду невизначеності на психологічне благополуччя особистості. *Науковий журнал «Габітус»*. Випуск 72, Т. 1. 2025. С. 81-85.
5. Камінська А.М., Панфілова Г.Б., Чириченко Ю.В. Психологічна допомога у період кризи середнього віку шляхом психокорекції в процесі АСПП із використанням художніх творів *Науковий журнал «Габітус»*. № 27, 2021. С. 114 - 119. Index Copernicus, Google Scholar. Режим доступу: <http://habitus.od.ua/journals/2021/27-2021/21.pdf>
6. Камінська А.М., Панфілова Г.Б., Поляничко О.М. Використання художніх творів за темами комплексу психомалюнків у процесі глибинного пізнання психіки суб'єкта. *Науковий журнал «Габітус»*. №19, 2020. С. 117-122. Index Copernicus, Google Scholar. Режим доступу: <http://habitus.od.ua/journals/2020/19-2020/22.pdf>
7. Карпенко Є. В. Психологія емоційного інтелекту в дискурсі життєздійснення особистості: дис. дра психол. наук: 19.00.07. ІваноФранківськ, 2020. 497 с.
8. Москалець В. П. Психологія особистості. Підручник, 3 вид. перероб. доповн./ В. П. Москалець. Київ: Видавництво Ліра-К, 2020. 364 с.
9. Панфілова Г.Б., Сурякова М.В., Скляньська О.В. Соціальна психологія (з основами соціально-психологічного тренінгу): Навч. посібник [електронне видання]. Дніпро: Середняк Т. К., 2021. 150 с.
10. Я-концепція у становленні особистості: цикл тренінгових вправ: навчально-методичний посібник / Укл.: Тимофієва М. П.,Павлюк О. І. Чернівці, 2019. 107 с.
11. Троценко А. Л. Валідизація Шкали особистісної динаміки. *Журнал соціальної та практичної психології*. 2024. № 3. С. 52–62.
12. Троценко А. Л. Шкала особистісної динаміки: надійність та чутливість методики. *Науковий журнал «Габітус»*. 2024. № 68. С. 219–226.
13. Фурман А.А. Психологія смисложиттєвого розвитку особистості:

- [монографія] / Анатолій Анатолійович Фурман. Тернопіль: ТНЕУ, 2017. 508 с
14. Balke E. Trauma and conflict prevention: A critical assessment of the theoretical foundations and contribution of psychosocial projects in war-torn societies. London: Development Studies Institute, LSE, 2002.
 15. Beukian S. Nationalism and collective trauma. The state of nationalism. Studies on National Movements. 2020. Vol. 5. P. 1–19. URL: <https://stateofnationalism.eu/article/nationalism-and-collective-trauma/>
 16. Panfiliva H.B. et al. Psychological characteristics of patients with musculoskeletal disorders. *Georgian Medical News*, 2021, No 10 (319). Tbilisi - New York p.112-118. **SCOPUS**
 17. Childhood trauma and outcome trajectories in patients with longstanding eating disorders across 17 years Eielsen HP et al. *International Journal of Eating Disorders*, 2023.

Рекомендована література до Теми 7:

Основна:

1. Дискурсивне конструювання досвіду у контексті розвитку особистості: монографія / [Н. В. Чепелева, М. Л. Смульсон, С. Ю. Рудницька, О. В. Зазимко, та ін.]; за ред. Н. В. Чепелевої. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 194 с.
2. Католик Г., Калька Н. Психологія особистості (в схемах, презентаціях і таблицях): навчальний посібник - Львів: ЛьВДУВС, 2022. 158 с.
3. Кацавець Р. С. Психологія особистості : навчальний посібник. Київ : Алерта, 2021. 134 с.
4. Молочко Я.А. Історіогенез уявлень про нарцисичну спрямованість особистості у психологічній науці: від патології до норми. *Науковий журнал «Габітус»*. Випуск 75, Т .2, 2025. С. 27-33.
5. Особистісні стратегії життєдіяльності в умовах невизначеності середовища : монографія / Ю.М. Швалб, О.Л. Вернік, О.М. Дячок, Т.М. Кирпенко, О.В. Павленко; за ред. Ю.М. Швалба. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2024.
6. Соціокультурні детермінанти розвитку психології особистості в Україні: монографія. / В. В. Турбан, Л. З. Сердюк, В. В. Москаленко та ін.; за наук. ред. В. В. Турбан. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2023. 296 с.
7. Фройд З. Вступ до психоаналізу. Нові висновки. Харків: КСД, 2021. 552с.

Додаткова:

1. Батраченко І.Г., Панфілова Г.Б., Склянська О.В. Розширення життєвої антиципації особистості як ресурс психологічної допомоги в умовах війни. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія. Том 33 (72) № 4 2022.* С.104-109. Режим доступу https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/4_2022/18.pdf

2. Варій М. Психологія особистості. Київ : Сварог, 2020. 592 с.
3. Герман Дж. Психологічна травма та шлях до видужання. Львів: Видавництво Старого Лева, 2021. 424 с.
4. Земляна Ю.А. Вплив періоду невизначеності на психологічне благополуччя особистості. *Науковий журнал «Габітус»*. Випуск 72, Т. 1. 2025. С. 81-85.
5. Камінська А.М., Панфілова Г.Б., Чириченко Ю.В. Психологічна допомога у період кризи середнього віку шляхом психокорекції в процесі АСПП із використанням художніх творів *Науковий журнал «Габітус»*. № 27, 2021. С. 114 - 119. Index Copernicus, Google Scholar. Режим доступу: <http://habitus.od.ua/journals/2021/27-2021/21.pdf>
6. Камінська А.М., Панфілова Г.Б., Полянничко О.М. Використання художніх творів за темами комплексу психомалюнків у процесі глибинного пізнання психіки суб'єкта. *Науковий журнал «Габітус»*. №19, 2020. С. 117-122. Index Copernicus, Google Scholar. Режим доступу: <http://habitus.od.ua/journals/2020/19-2020/22.pdf>
7. Карпенко Є. В. Психологія емоційного інтелекту в дискурсі життєздійснення особистості: дис. д-ра психол. наук: 19.00.07. ІваноФранківськ, 2020. 497 с.
8. Москалець В. П. Психологія особистості. Підручник, 3 вид. перероб. доповн./ В. П. Москалець. Київ: Видавництво Ліра-К, 2020. 364 с.
9. Панфілова Г.Б., Сурякова М.В., Склянська О.В. Соціальна психологія (з основами соціально-психологічного тренінгу): Навч. посібник [електронне видання]. Дніпро: Середняк Т. К., 2021. 150 с.
10. Психологічні наслідки війни: міждисциплінарний нарис про Харківщину та її мешканців : моногр. / О. О. Євдокімова, І. С. Нечитайло, О. В. Брусакова та ін., за заг. ред. В. В. Сокурєнка; Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків : Факт, 2024. 411 с
11. Пісоцький В. П., Горянський А. М. Психічний розвиток та формування особистості в онтогенезі : навчальний посібник для вищих навчальних закладів. Київ: КНТ, 2018. 144 с.
12. Самодетермінація психологічного благополуччя особистості: монографія / Л. З. Сердюк, І. В. Данилюк, В. В. Турбан, О. І. Пенькова, Н. Д. Володарська [та ін.]; за ред. Л. З. Сердюк. Київ – Львів : Видавець Вікторія Кундельська, 2021. 236 с.
13. Я-концепція у становленні особистості: цикл тренінгових вправ: навчально-методичний посібник / Укл.: Тимофієва М. П., Павлюк О. І. Чернівці, 2019. 107 с.
14. Троценко А. Л. Валідизація Шкали особистісної динаміки. *Журнал соціальної та практичної психології*. 2024. № 3. С. 52–62.
15. Троценко А. Л. Шкала особистісної динаміки: надійність та чутливість методики. *Науковий журнал «Габітус»*. 2024. № 68. С. 219–226.
16. Українське Лонгітюдне Дослідження = Ukrainian Longitudinal Study (ULS) : Метод. рек. з використання психодіагност. інструментів трет. хвилі

дослідж. / [Максименко С. Д., Кокун О. М., Панок В. Г. та ін.] ; НАПН України, Ін-т психології імені Г. С. Костюка , УНМЦ практ. психології та соц. ; НАМН України, ДУ "Ін-т охорони здоров'я дітей та підлітків", ДУ "Ін-т неврології психіатрії та наркології" ; Харків. нац. ун-т. внутр. справ ; Ун-т Вейна. – Київ: Ін-т психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 77 с.
URI: <http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/14194>

17. Фролова Н. В. Структурна модель психологічної допомоги цивільному населенню під час війни в Україні. *Науковий журнал «Габітус»*. 2025. № 69. С. 253–258.

18. Фурман А.А. Психологія смисложиттєвого розвитку особистості: [монографія] / Анатолій Анатолійович Фурман. Тернопіль: ТНЕУ, 2017. 508 с

19. Balke E. Trauma and conflict prevention: A critical assessment of the theoretical foundations and contribution of psychosocial projects in war-torn societies. London: Development Studies Institute, LSE, 2002.

20. Beukian S. Nationalism and collective trauma. The state of nationalism. *Studies on National Movements*. 2020. Vol. 5. P. 1–19.
URL: <https://stateofnationalism.eu/article/nationalism-and-collective-trauma/>

21. Panfiliva H.B. et al. Psychological characteristics of patients with musculoskeletal disorders. *Georgian Medical News*, 2021, No 10 (319). Tbilisi - New York p.112-118. **SCOPUS**

22. Childhood trauma and outcome trajectories in patients with longstanding eating disorders across 17 years Eielsen HP et al. *International Journal of Eating Disorders*, 2023.

Рекомендована література до Теми 8:

Основна:

1. Дискурсивне конструювання досвіду у контексті розвитку особистості: монографія / [Н. В. Чепелева, М. Л. Смульсон, С. Ю. Рудницька, О. В. Зазимко, та ін.]; за ред. Н. В. Чепелевої. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 194 с.

2. Католик Г., Калька Н. Психологія особистості (в схемах, презентаціях і таблицях): навчальний посібник - Львів: ЛьвДУВС, 2022. 158 с.

3. Кацавець Р. С. Психологія особистості : навчальний посібник. Київ : Алерта, 2021. 134 с.

4. Молочко Я.А. Історіогенез уявлень про нарцисичну спрямованість особистості у психологічній науці: від патології до норми. *Науковий журнал «Габітус»*. Випуск 75, Т. 2, 2025. С. 27-33.

5. Особистісні стратегії життєдіяльності в умовах невизначеності середовища : монографія / Ю.М. Швалб, О.Л. Вернік, О.М. Дячок, Т.М. Кирпенко, О.В. Павленко; за ред. Ю.М. Швалба. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2024.

6. Соціокультурні детермінанти розвитку психології особистості в Україні: монографія. / В. В. Турбан, Л. З. Сердюк, В. В. Москаленко та ін.; за наук. ред. В. В. Турбан. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН

України, 2023. 296 с.

7. Фройд З. Вступ до психоаналізу. Нові висновки. Харків: КСД, 2021. 552с.

Додаткова:

1. Батраченко І.Г., Панфілова Г.Б., Склянська О.В. Розширення життєвої антиципації особистості як ресурс психологічної допомоги в умовах війни. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія. Том 33 (72) № 4 2022.* С.104-109. Режим доступу https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/4_2022/18.pdf

2. Білюченко Ю. М. Особливості агресивності осіб, що належать до різних статево-вікових груп : дис. ... д-ра філософії : 053 Психологія. МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків, 2024. 234 с.

3. Варій М. Психологія особистості. Київ : Сварог, 2020. 592 с.

4. Герман Дж. Психологічна травма та шлях до видужання. Львів: Видавництво Старого Лева, 2021. 424 с.

5. Земляна Ю.А. Вплив періоду невизначеності на психологічне благополуччя особистості. *Науковий журнал «Габітус».* Випуск 72, Т. 1. 2025. С. 81-85.

6. Камінська А.М., Панфілова Г.Б, Чириченко Ю.В. Психологічна допомога у період кризи середнього віку шляхом психокорекції в процесі АСПП із використанням художніх творів *Науковий журнал «Габітус».* № 27, 2021. С. 114 - 119. Index Copernicus, Google Scholar. Режим доступу: <http://habitus.od.ua/journals/2021/27-2021/21.pdf>

7. Камінська А.М., Панфілова Г.Б., Полянничко О.М. Використання художніх творів за темами комплексу психомалюнків у процесі глибинного пізнання психіки суб'єкта. *Науковий журнал «Габітус».* №19, 2020. С. 117-122. Index Copernicus, Google Scholar. Режим доступу: <http://habitus.od.ua/journals/2020/19-2020/22.pdf>

8. Карамушка Л.М. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати: методичні рекомендації. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2024. 48 с.

9. Карпенко Є. В. Психологія емоційного інтелекту в дискурсі життєздійснення особистості: дис. д-ра психол. наук: 19.00.07. ІваноФранківськ, 2020. 497 с.

10. Кокун О. М. Сприяння підвищенню життєстійкості фахівців соціономічних професій : методичні рекомендації / О.М. Кокун, О.М. Корніяка, Н.М. Панасенко та ін.; за ред. О.М. Кокун. Київ – Львів : Видавець Вікторія Кундельська, 2021. 84 с.

11. Лісовенко А.Ф., Форманюк Ю.В. Психофізіолого-генетичні та нейропсихологічні основи заздрості // *Габітус*, Випуск 22. Одеса, 2021.

12. Москалець В. П. Психологія особистості. Підручник, 3 вид. перероб. доповн./ В. П. Москалець. Київ: Видавництво Ліра-К, 2020. 364 с.

13. Панфілова Г.Б., Сурякова М.В., Склянська О.В. Соціальна психологія (з основами соціально-психологічного тренінгу): Навч. посібник [електронне видання]. Дніпро: Середняк Т. К., 2021. 150 с.
14. Психологічні наслідки війни: міждисциплінарний нарис про Харківщину та її мешканців : моногр. / О. О. Євдокімова, І. С. Нечітайло, О. В. Брусакова та ін., за заг. ред. В. В. Сокурєнка; Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків : Факт, 2024. 411 с
15. Пісоцький В. П., Горянський А. М. Психічний розвиток та формування особистості в онтогенезі : навчальний посібник для вищих навчальних закладів. Київ: КНТ, 2018. 144 с.
16. Самодетермінація психологічного благополуччя особистості: монографія / Л. З. Сердюк, І. В. Данилюк, В. В. Турбан, О. І. Пенькова, Н. Д. Володарська [та ін.]; за ред. Л. З. Сердюк. Київ – Львів : Видавець Вікторія Кундельська, 2021. 236 с.
17. Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій: практичний посібник / [Т. М. Титаренко, М. С. Дворник, В. О. Климчук та ін.] ; за наук. ред. Т. М. Титаренко / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2019. 220 с.
18. Я-концепція у становленні особистості: цикл тренінгових вправ: навчально-методичний посібник / Укл.: Тимофієва М. П.,Павлюк О. І. Чернівці, 2019. 107 с.
19. Троценко А. Л. Валідизація Шкали особистісної динаміки. *Журнал соціальної та практичної психології*. 2024. № 3. С. 52–62.
20. Троценко А. Л. Шкала особистісної динаміки: надійність та чутливість методики. *Науковий журнал «Габітус»*. 2024. № 68. С. 219–226.
21. Українське Лонгітюдне Дослідження = Ukrainian Longitudinal Study (ULS) : Метод. рек. з використання психодіагност. інструментів трет. хвили дослідж. / [Максименко С. Д., Коkun О. М., Панок В. Г. та ін.] ; НАПН України, Ін-т психології імені Г. С. Костюка , УНМЦ практ. психології та соц. ; НАМН України, ДУ "Ін-т охорони здоров'я дітей та підлітків", ДУ "Ін-т неврології психіатрії та наркології" ; Харків. нац. ун-т внутр. справ ; Ун-т Вейна. – Київ: Ін-т психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 77 с. URI: <http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/14194>
22. Фурман А.А. Психологія смисложиттєвого розвитку особистості: [монографія] / Анатолій Анатолійович Фурман. Тернопіль: ТНЕУ, 2017. 508 с
23. Balke E. Trauma and conflict prevention: A critical assessment of the theoretical foundations and contribution of psychosocial projects in war-torn societies. London: Development Studies Institute, LSE, 2002.
24. Beukian S. Nationalism and collective trauma. The state of nationalism. *Studies on National Movements*. 2020. Vol. 5. P. 1–19. URL: <https://stateofnationalism.eu/article/nationalism-and-collective-trauma/>
25. Panfiliva H.B. et al. Psychological characteristics of patients with musculoskeletal disorders. *Georgian Medical News*, 2021, No 10 (319). Tbilisi -

New York p.112-118. **SCOPUS**

26. Childhood trauma and outcome trajectories in patients with longstanding eating disorders across 17 years Eielsen HP et al. International Journal of Eating Disorders, 2023.

ПИТАННЯ ДЛЯ ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

1. Психодинамічна теорія З.Фрейда.
2. Стадії психосексуального розвитку особистості за З.Фрейдом.
3. Психологічна теорія А.Фрейд. Розвиток особистості.
4. Механізми психологічного захисту особистості.
5. Індивідуальна теорія особистості та її розвитку А.Адлера.
6. Аналітична теорія К.Г.Юнга.
7. Его-теорія особистості та її розвитку Е.Еріксона.
8. Стадії розвитку особистості за Е. Еріксоном.
9. Основні принципи гуманістичної психології. Ієрархія потреб.
10. Основні положення теорії А.Х.Маслоу. Характеристика самоактуалізуючої особистості. Становлення особистості.
11. Феноменологічна теорія особистості та її розвитку К.Роджерса.
12. Я-концепція: основні положення. К.Роджерса відносно природи людини та становлення особистості.
13. Диспозиційна теорія Г.У.Олпорта.
14. Структурна теорія Р.Кеттела.
15. Теорія Г.Айзенка.
16. Соціокультурна теорія особистості та її розвитку К.Хорні.
17. Біхевіоральний напрямок в психології особистості та її розвитку.
18. Теорія оперантного навчання Б.Ф.Скіннера.
19. Теорія Е. Толмена в контексті уявлень про функціонування та розвиток особистості.
20. Теорія К. Хала в контексті уявлень про функціонування та розвиток особистості.
21. Теорія Дж. Уотсона в контексті уявлень про функціонування та розвиток особистості.
22. Когнітивний напрямок: теорія Дж.Келлі. Сутність теорії особистісних конструктів.
23. Особистість та її розвиток в контексті діяльнісного підходу.
24. Особистість та її розвиток в контексті культурно-історичної теорії.
25. Структура особистості у роботах Г.С.Костюка.
26. Структура особистості у роботах В.Франкла.
27. Особистість та її розвиток в роботах С.Д.Максименко
28. Особистість та її розвиток з точки зору Дж.Міда.
29. Особистість та її розвиток з точки зору Е. Фромма.
30. Особистість та її розвиток з точки зору Людвіга Бінсвангера.
31. Особистість в екзистенціальній психіатрії Роналда Девіда Ленга.
32. Особистість та її розвиток з точки зору В. Райха.
33. Особистість та її розвиток з точки зору Ж. Піаже.
34. Особистість та її розвиток в концепціях вітчизняних психологів.
35. Умови розвитку в культурно-історичному підході.
36. Поява «Я» і розвиток «Я»-концепції.

- 37. Моральний розвиток особистості.
- 38. Розвиток особистості в період ранньої та середньої дорослості
- 39. Особистість і старіння.
- 40. Рівні функціонування особистості та її структура з точки зору Н. Мак-Вільямс.
- 41. Концепція особистості та її функціонування та розвитку в гештальт-підході Фредеріка Перлза.

**ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ПРИВАТНИЙ ЗАКЛАД
«ДНІПРОВСЬКИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»**

НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ

КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

**КОНСПЕКТ ЛЕКЦІЙ З НАВЧАЛЬНОЇ
ДИСЦИПЛІНИ**

ПСИХОЛОГІЯ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

	(назва навчальної дисципліни)
Освітній ступінь	Магістр
	(назва ступеня вищої освіти – бакалавр або магістр)
Спеціальність	С4 Психологія
	(шифр і назва)
Освітня програма	«Психологія»
	(назва, дата і № наказу про затвердження ОП)
	наказ від 24.04.2025 № 32-02
Форма навчання	денна/заочна
	(денна/заочна)
	у 2025/2026 навчальному році

Дніпро – 2025

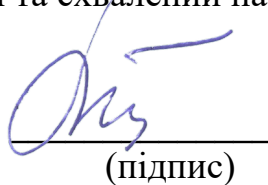
Психологія розвитку особистості // Конспект лекцій з навчальної дисципліни.
Дніпро : ВНПЗ «Дніпровський гуманітарний університет», 2025. 81 с.

РОЗРОБНИК(-И):

Панфілова Г.Б., к.психол.н., доцент кафедри психології ВНПЗ «Дніпровський гуманітарний університет»

Конспект лекцій обговорений та схвалений на засіданні кафедри психології
протокол від 19.08.2025 № 1.

Завідувач кафедри



(підпис)

Людмила ПРИСНЯКОВА

ЗМІСТ

ТЕМА 1. ВВЕДЕННЯ ДО ПСИХОЛОГІЇ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ....	4
ТЕМА 2. УЯВЛЕННЯ ПРО РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ В ТЕОРІЯХ ФРЕЙДИЗМУ ТА НЕОФРЕЙДИЗМУ.....	11
ТЕМА 3. УЯВЛЕННЯ ПРО РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ В ТЕОРІЯХ БІХЕВІОРИЗМУ	44
ТЕМА 4. УЯВЛЕННЯ ПРО РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ В КОГНІТИВНІЙ ПСИХОЛОГІЇ.....	48
ТЕМА 5. ДИСПОЗИЦІЙНІ ТЕОРІЇ ОСОБИСТОСТІ.....	53
ТЕМА 6. УЯВЛЕННЯ ПРО РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ В ГУМАНІСТИЧНІЙ ПСИХОЛОГІЇ.....	59
ТЕМА 7. ТЕОРІЇ ОСОБИСТОСТІ ТА ЇЇ РОЗВИТКУ В ЕКЗИСТЕНЦІАЛЬНІЙ ПСИХОЛОГІЇ.....	66
ТЕМА 8. УЯВЛЕННЯ ПРО РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ В ГЕШТАЛЬТ-ПСИХОЛОГІЇ ТА ГЕШТАЛЬТ- ТЕРАПІЇ.....	71
ЛІТЕРАТУРА.....	79

ТЕМА 1. ВВЕДЕННЯ ДО ПСИХОЛОГІЇ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

ПЛАН

1. Предмет та поняття психології особистості.
2. Співвідношення понять «індивід», «суб'єкт діяльності», «індивідуальність» і «особистість».
3. Фактори розвитку особистості.

1. Предмет та поняття психології особистості.

Психологія особистості – особливий розділ психології. Він *відбиває результати багаторічних досліджень вченими усього світу загальних закономірностей функціонування та формування особистості, індивідуальних особливостей людини, їх прояв у життєдіяльності*. Психологія особистості виконує **інтегративну функцію**, сприяючи формуванню в науковому світогляді студентів цілісної картини людини, що містить у собі сучасні уявлення про психіку та окремі її сторони.

Проблема особистості і сутності її психологічних характеристик одна з найбільш складних в теоретичній психології. У зарубіжній психології кожний психологічний напрям пропонував свою теорію особистості.

Психологія особистості - це досить молода наука. Свій розвиток вона отримала на початку XX століття у відповідь на кризу традиційної вундтівської психології. Витоки кризи виникли разом з народженням самої психології особистості. У 1931 році Л.С. Виготський писав, що «досі залишається закритою центральна і вища проблема психології – проблема особистості та її розвитку».

Відомо, що особистість як предмет пізнання цікавить не тільки психологію, але й інші науки, що вивчають людину. Тому має сенс уточнити уявлення про особистість, що склалися в цих прикордонних дисциплінах. Особистість у **філософії** виступає як сукупність всіх суспільних відносин. Проблема особистості у філософії - це проблема місця, займаного особистістю в суспільстві. Особистість в **соціології** – це стійка система соціально значущих рис, що характеризують індивіда, це продукт суспільного розвитку і включення індивіда в систему соціальних відносин за допомогою діяльності і спілкування. Очевидно, що поняття особистості збігається з поняттям індивіда і людини. У **психології** особистість вивчається різними галузями психологічної науки. Обумовлено це багатоплановістю проявів особистості, суперечливістю, а часом і загадковістю людської поведінки. Багатоплановість поведінки вимагає в свою чергу різнорівневого психологічного аналізу.

Розробка проблеми особистості в загальній психології, як підкреслює Б.Ф. Ломов, необхідна для інтеграції даних про сенсорно-перцептивних, мнемічних, розумових, емоційно-вольових процесів. На особистість як вищий рівень інтеграції системи психічних процесів вказує і Л.М. Веккер. Інтеграція цих даних необхідна для уточнення уявлень про сенсорної організації людини, його інтелекту, емоційній сфері його особистості. Таким чином, особистість в

загальній психології - це деяке ядро, яке інтегрує початок, що зв'язує воєдино різні процеси індивіда і надає його поведінці необхідну послідовність і стійкість.

Диференційна психологія робить акцент на вивченні індивідуально-психологічних особливостей особистості і відмінностей між людьми, а **соціальна психологія** виводить структуру особистості зі структури її взаємодії з іншими людьми і соціальним цілим. Як відзначали Г. Ліндслі і Е. Аронсон завдання соціальної психології полягає в тому, щоб «зрозуміти і пояснити як актуальне, уявне і передбачуване присутність інших людей впливає на думки, почуття і поведінку індивіда». При цьому соціальна психологія вивчає статус та соціальні ролі особистості в різних спільноті, її самосприйняття в контексті цих ролей, установки, міжособистісні відносини і сприйняття, зв'язку особистостей у спільній діяльності. Істотний і цінний внесок у загальну теорію особистості вносять педагогічна, вікова, етнічна психологія, психологія праці, психологія розвитку та ряд інших.

Визначення предметної області психології особистості пов'язане з вирішенням ряду суттєвих питань. **У сучасній психологічній літературі виділяються три найбільш важливі особливості пізнавальної ситуації вивчення особистості:**

1. **багатство феноменології особистості**, що виражається в різноманітності індивідуальних особливостей людини (установок, рис, потреб, емоцій, уподобань та ін.), Яке ми співвідносимо з досліджуваною областю знання; **міждисциплінарний статус проблеми особистості**, який означає, що дане поняття описує дуже широку область знання, окремі аспекти якої вивчаються не тільки психологією, але і філософією, історією, соціологією та іншими науками;

2. **неоднозначність положення**, яке займає особистість в ході дослідження: вона може бути (поперемінно або одночасно) як об'єктом, так і суб'єктом дослідження.

Людина як особистість являє собою системний об'єкт, який взаємодіє з іншими складними системами (природою, суспільством). Відомий німецький психолог, автор теорії поля, Курт Левін говорив, що дослідження особистості поза її оточення, поза контекстом призведе до виключення з аналізу важливих для розуміння сутності людини властивостей, саме тому «замість того, щоб виокремлювати із ситуації той чи інший ізольований елемент, значимість якого неможливо оцінити без розгляду ситуації в цілому, теорія поля, як правило, віддає перевагу починати з характеристики ситуації в цілому «і тільки після цього» різні аспекти і частини ситуації піддаються все більш і більш конкретному і детальному аналізу».

Отже, розглядаючи будь-яке явище як систему, ми повинні досліджувати його в різних планах:

- 1) як деяку якісну одиницю, систему, що має свої специфічні, унікальні риси;
- 2) як частину макроструктури (наприклад, суспільства);
- 3) як частину мікросистем, закономірностям яких воно підпорядковується.

Поняття особистості у психології.

Поняття особистості відноситься до числа самих невизначених і спірних термінів у психології. У 1937 році американський психолог Гордон Олпорт написав монографію «Особистість: психологічна інтерпретація», в якій навів більше 50 різних визначень особистості, знайдених ним у англомовних колег. Жодне з них його не влаштувало, і він запропонував своє. Так робили й інші вчені, які претендували на створення власної теорії особистості. Тому можна сказати, скільки існує теорій особистості, стільки є і її визначень. Чи можна в них виділити щось загальне, з чим погодилося б більшість психологів?

А.В. Петровський, наприклад, охарактеризував особистість в системі міжособистісних відносин, у зв'язку з чим їм були виділені **три аспекти особистості**: *інтраіндивідний*, який відображає властивості, притаманні самому суб'єкту; *інтеріндивідний*, який розглядає особливості взаємодії особистості з іншими людьми; і *метаіндивідний*, що описує вплив даної особистості на інших людей.

У психології особистість вивчається в двох головних аспектах:

- 1) *загальнопсихологічному* – структура і загальні властивості особистості, діяльність як форма існування і прояву особистості;
- 2) *соціально-психологічному* – особистість вивчається в контексті спілкування і взаємодії людей і різних груп.

Сучасне визначення особистості звучить так: **особистість** – поняття, вироблене для відображення соціальної природи людини, розгляду її як суб'єкта соціокультурного життя, визначення її як носія індивідуального початку, яка розкривається в контекстах соціальних відносин, спілкування і предметної діяльності. Під «**особистістю**» розуміють: 1) людського індивіда як суб'єкта відносин і свідомої діяльності або; 2) стійку систему соціально значущих рис, що характеризують індивіда як члена того чи іншого суспільства або спільноти. Хоча ці два поняття – *особа як цілісність людини* (лат. Persona) і *особистість як його соціальний і психологічний образ* (лат. Personalitas) – термінологічно цілком помітні, вони вживаються іноді як синоніми.

2. Співвідношення понять «індивід», «суб'єкт діяльності», «індивідуальність» і «особистість».

У психологічній науці існує кілька понять для позначення людини: суб'єкт, індивід, особистість.

По-перше, психологія завжди розглядає людину як суб'єкта (учасника, виконавця) історичного та суспільного процесу в цілому, суб'єкта конкретної діяльності, що виступає джерелом пізнання і перетворення об'єктивної дійсності. Сама ж діяльність при цьому виступає формою активності людини, що дозволяє йому удосконалювати навколишній світ і самого себе.

По-друге, психологія розглядає людину як індивіда, зазвичай маючи на увазі під цим, що він:

- є своєрідним представником інших живих істот, що відрізняється від тварин специфікою філо- і онтогенетичного розвитку особливого виду;
- є окремим представником людської спільності, що має властиві лише йому особливості психіки і поведінки.

Обидва значення поняття взаємопов'язані і описують людину як істоту своєрідне. **Найбільш загальними характеристиками індивіда** є: цілісність і своєрідність його психофізіологічної організації; стійкість всіх його зусиль в процесі взаємодії з навколишнім середовищем.

У повсякденному житті, коли говорять про **індивідуальність** людини, то мають на увазі його оригінальність. Зазвичай словом «індивідуальність» визначають якусь чільну особливість конкретної людини, що робить його не схожим на оточуючих. Індивідуальна кожна людина, але індивідуальність одних проявляється дуже яскраво, інших – малопомітно.

По-третє, психологічна наука розглядає людину як особистість. В особистості виділяється, перш за все, її суспільна сутність. Поза суспільством, поза соціальної і професійної групи людина не може стати особистістю, у неї не сформується людська подоба: тобто створює людину природа, а формує її суспільство.

Розглянемо системний опис багаторівневості **психічної організації людини**, яке зробив Борис Герасимович Ананьєв. Він представив психічну організацію людини як систему взаємопов'язаних понять: «людина» - «індивід» -

«особистість» - «індивідуальність».

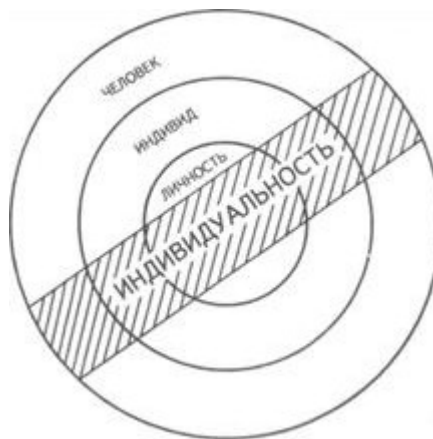


Рис. Співвідношення обсягів понять «людина», «особистість», «індивід» і «індивідуальність» (з підручника Реан «Психологія і педагогіка»).

Взаємозв'язок між цими поняттями в першу чергу постає як ієрархічні відносини між ними: можна говорити про часовий і просторовий сенс. Тимчасовий сенс полягає в тому, що людина у своєму онтогенетичному розвитку послідовно проходить стадії від індивіда до індивідуальності. У просторовому – кожна наступна стадія розвитку включає в себе якості попередньої, тобто вони знаходяться в відносинах підпорядкування і включення.

Поняття «**людина**» є найбільш загальним і включає в себе сукупність усіх людських якостей, властивих людям. З суспільної точки зору людина -

соціальна істота, що характеризує здатність до спілкування, до пізнання зовнішнього світу і самого себе, до праці.

У понятті «індивід» відображається індивідуально-біологічна сторона кожної людини як результат її філогенетичного і онтогенетичного розвитку. У поняття «індивід» входять як якості, що відрізняють дану людину від інших людей, так і загальні для неї і багатьох інших людей властивості.

Основні ознаки індивіда: 1) цілісність анатомічної та психофізіологічної організації, 2) стійкість у взаємодії із зовнішнім світом, 3) активність.

Поняття «індивід» застосовується не тільки до людини, але і до тварин.

Особистість – це макрохарактеристика людини, що відображає її соціальну сутність, яка вказує на неї як на об'єкт соціальних відносин і свідомої діяльності.

Всі психологи згодні з тим, що особистістю не народжуються, а стають і для цього людина повинна зробити чималі зусилля. Вона повинна оволодіти мовою, а потім з її допомогою багатьма моторними, інтелектуальними та соціо- культурними навичками. Особистість розглядається як результат соціалізації індивіда, в процесі якої вона засвоює традиції і систему ціннісних орієнтацій вироблених людством. Чим більше людина змогла сприйняти і засвоїти в процесі соціалізації, тим більш розвинену особистість вона собою представляє.

Більшість теоретичних визначень особистості містять наступні загальні положення:

- у більшості визначень підкреслюється значення індивідуальності, або індивідуальних відмінностей. В особистості представлені такі особливі якості, завдяки яким дана людина відрізняється від всіх інших людей.
- у більшості визначень особистість постає у вигляді якоїсь гіпотетичної структури чи організації. Особистість - абстракція, заснована на висновках, отриманих в результаті спостереження за поведінкою людини.
- у більшості визначень підкреслюється важливість розгляду особистості у співвідношенні з життєвою історією індивідуума чи перспективами розвитку. Особистість характеризується в еволюційному процесі як суб'єкт впливу внутрішніх і зовнішніх факторів, включаючи генетичну і біологічну схильність, соціальний досвід і мінливі обставини навколишнього середовища.
- у більшості визначень особистість представлена тими характеристиками, які «відповідають» за стійкі форми поведінки. Особистість як така відносно незмінна і постійна в часі і мінливих ситуаціях; вона забезпечує почуття безперервності в часі і навколишнього оточення.

Важливо ще раз наголосити, що визначення особистості залежать від теоретичної орієнтації даного автора.

У більшості теорій особистості розглядається питання про те, з чого складається психологічне благополуччя. Наприклад, Фрейд вважав, що функціонування зрілої особистості характеризується здатністю продуктивно

працювати і підтримувати задовільні міжособистісні відносини. І, хоча цей критерій психічного здоров'я може на перший погляд здатися занадто глобальним і неспецифічним, при більш уважному розгляді тут напрошуються важливі висновки. Так, згідно з Фрейдом, здатність працювати припускає здатність ставити перед собою довготривалі віддалені цілі і досягати їх, а також справлятися з тривогою таким чином, щоб це не відбивалося негативно на поведінці. Подібним чином, акцент на задовільні соціальні відносини припускає здатність насолоджуватися широким спектром емоцій без почуття загрози, а також привносити творчі елементи в задоволення сексуальних і агресивних спонукань.

3. Фактори розвитку особистості.

Особистість людини як члена суспільства знаходиться в сфері впливу різних відносин, що складаються насамперед у процесі виробництва і споживання матеріальних благ.

Особистість перебуває також у сфері політичних відносин. Від того, вільна вона чи пригнічена, має політичні права чи ні, може реально обирати або бути обраною, обговорювати питання суспільного життя або бути виконавицею волі панівного класу, залежить психологія особистості.

Особистість перебуває в сфері дії ідеологічних відносин. Ідеологія як система ідей про суспільство має великий вплив на особистість, багато в чому формує зміст її психології, світогляд, індивідуальні та соціальні установки.

На психологію особистості разом з тим впливають і відносини людей в групі, в яку вона входить. У процесі взаємодії та спілкування люди взаємно впливають один на одного, внаслідок чого формується спільність у поглядах, соціальних установках та інших видах відносин до суспільства, праці, людям, власним якостям. У той же час в групі особистість завойовує певний авторитет, займає певне положення, грає певні ролі.

Особистість не тільки об'єкт суспільних відносин, але і їх суб'єкт, тобто активне ланка. Вступаючи в відносини з людьми, особистості творять історію, але творять її не по свавіллю, а в разі потреби, під впливом об'єктивних суспільних закономірностей. Однак історична необхідність не виключає ні самотності особистості, ні її відповідальності за свою поведінку перед суспільством.

Таким чином, **особистість** – це конкретна людина, що є представником певної держави, суспільства і групи (соціальної, етнічної, релігійної, політичної, статеві-віковою і т.д.), що усвідомлює своє ставлення до оточуючих людей і соціальної дійсності, включена в усі відносини останньої і займається своєрідним видом діяльності і наділена специфічними індивідуальними і соціально-психологічними особливостями.

Розвиток особистості зумовлено різними факторами. До них зазвичай відносять: своєрідність фізіології вищої нервової діяльності, анатомо-фізіологічні особливості, навколишнє середовище і суспільство, громадсько-корисну діяльність. Від того, наскільки ми їх знаємо і враховуємо специфіку

їх прояву, залежить ефективність правильного розуміння всіх індивідуальних і соціальних дій і вчинків людини.

Своєрідність фізіології вищої нервової діяльності особистості – це специфіка функціонування її нервової системи, що виражається в найрізноманітніших характеристиках: своєрідності роботи всієї нервової системи, співвідношенні процесів збудження і гальмування в корі головного мозку, прояві темпераменту, емоцій і почуттів, поведінки і вчинків і т.д.

Анатомо-фізіологічні особливості особистості – це такі її характеристики, які залежать від анатомічної і фізіологічної структури тіла людини, та надають серйозний вплив на психіку і поведінку. Наприклад, слабкий зір і слух людини позначаються на її діях і вчинках, що треба враховувати в процесі спілкування і взаємодії.

В основі анатомо-фізіологічних особливостей лежать задатки, що представляють собою вроджені анатомо-фізіологічні характеристики організму, які полегшують розвиток здібностей. Наприклад, рухливість нервової системи сприяє розвитку багатьох здібностей в будь-якому виді діяльності, пов'язаної з необхідністю адекватно реагувати на зміну ситуацій, швидко перебудовуватися на нові дії, змінювати темп і ритм роботи, встановлювати взаємини з іншими людьми. Отже, це може специфічно проявлятися і в ході спільної діяльності з ними і, безумовно, повинно прийматися до уваги.

Рекомендована література:

Основна:

1. Москалець В.П. Психологія особистості: курс лекцій. – Івано-Франківськ: ЗАТ «Надвірнянська друкарня», 2010. – 160 с.
2. Москалець В.П. Психологія особистості: навчальний посібник. – Центр учбової літератури (ЦУЛ), 2013. – 262 с.
3. Столяренко О.Б. Психологія особистості : навч. Посібник. – Київ: Центр учб. літ., 2018. – 279 с.
4. Фурман А.А. Психологія особистості: ціннісно-орієнтаційний вимір: монографія. – Одеса:ОНПУ;Тернопіль: ТНЕУ, 2016. – 311 с.

Допоміжна:

1. 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/>

ТЕМА 2. УЯВЛЕННЯ ПРО РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ В ТЕОРІЯХ ФРЕЙДИЗМУ ТА НЕОФРЕЙДИЗМУ

ПЛАН

1. Особистість у концепції Зигмунда Фрейда.
 - 1.1. Основні поняття.
 - 1.2. Структура особистості.
 - 1.3. Психосексуальні фази розвитку.
 - 1.4. Психоаналіз: теорія.
2. Теорія особистості Карла Густава Юнга.
3. Особистість у концепції Альфреда Адлера.
4. Особистість в теорії Вільгельма Райха.
5. Теорії особистості Карен Хорні.
6. Теорія особистості Еріка Берна.
7. Теорія особистості Еріка Еріксона.
8. Особистість у концепції Еріха Фромма.
9. Теорія особистості Гарі Стек Саллівана.

1. Особистість у концепції Зигмунда Фрейда

Психодинамічний підхід до теорії особистості Зигмунда Фрейда.

Психоаналітична теорія як така є прикладом психодинамічного підходу - вона відводить провідну роль складній взаємодії між інстинктами, мотивами і потягами, які конкурують або борються один з одним за верховенство в регуляції поведінки людини. В уявленні, згідно з яким **особистість** є динамічною конфігурацією процесів, що знаходяться в нескінченному конфлікті, виражена суть психодинамічного напрямку, особливо в трактуванні Фрейда. Поведінка людини є скоріше детермінованою, ніж довільною або випадковою. Передбачуваний психодинамічним напрямком детермінізм поширюється на все, що ми робимо, відчуваємо або про що думаємо, включаючи навіть події, які багато людей розглядають як випадковості, а також застереження, описки тощо. Дане уявлення підводить нас до головної і вирішальної теми, що розробляється психодинамічним напрямком. А саме, воно підкреслює значення несвідомих психічних процесів у регуляції поведінки людини. Згідно Фрейду, не тільки наші вчинки часто є ірраціональними, але також саме значення і причини нашої поведінки рідко бувають доступними усвідомленню.

Важко дати оцінку сучасним теоріям особистості, не віддавши належного визнання теорії Фрейда. Незалежно від того, приймаємо ми або відкидаємо якісь (або всі) його ідеї, неможливо заперечити той факт, що вплив Фрейда на західну цивілізацію ХХ століття було глибоким і міцним. Можна стверджувати, що у всій історії людства дуже небагато ідей зробили настільки широкий і потужний вплив. Це, звичайно, сильне твердження, але важко уявити, що у Фрейда знайдеться багато конкурентів.

За майже 45 років активної наукової діяльності та клінічної практики Фрейд створив: 1) першу розгорнуту теорію особистості; 2) велику систему клінічних спостережень, заснованих на його терапевтичному досвіді і самоаналізі; 3) оригінальний метод лікування невротичних розладів; 4) метод дослідження тих психічних процесів, які майже неможливо вивчити якими-небудь іншими способами.

Теорія З. Фрейда. Зигмунд Фрейд (Sigmund Freud) народився 6 травня 1856 року в Австрії, у Фрейберзі в Моравії (тепер це частина Чеської Республіки). Коли йому було 4 роки, сім'я пережила фінансові неприємності і переїхала до Відня, де Фрейд і провів більшу частину свого життя. У 1938 році, щоб врятуватися від німецької окупації, він втік до Англії. У 1873 році він вибрав для вступу медичний факультет Віденського університету, де провчився 8 років. У віці 26 років Фрейд отримав медичний вчений ступінь. У 1900 році він опублікував свою роботу «Тлумачення сновидінь», після чого його теорія психоаналізу почала завойовувати світ.

Коли роботи Фрейда стали більш доступними, критика посилилася. У 1933 році фашисти, роздратовані його відвертим обговоренням сексуальних питань, спалили купу книжок Фрейда в Берліні. Фрейд прокоментував цю подію: «Якого прогресу ми досягли! У Середні століття вони спалили б мене, в наші дні задовольняються спалюванням моїх книжок » (Jones, 1957).

Останні роки життя Фрейда були важкі. З 1923 року він був хворий, страждаючи від раку в області рота і щелеп. Він відчував майже безперервну біль і переніс в цілому 33 операції, щоб зупинити перебіг хвороби. Коли в 1938 році німці захопили Австрію і загроза нависла над життям його дочки Анни, Фрейд виїхав до Лондона. Він помер там рік потому.

Основні поняття. В основі роздумів Фрейда лежить припущення того, що тіло людини є єдиним джерелом всієї психічної енергії. Він припустив, що душевне життя людини характеризується безперервністю і що всяка думка і всяке поведіння мають значення. Існує привід, навіть численні приводи, для кожної думки, почуття, спогади чи дії. Будь-яке явище викликається свідомими і несвідомими намірами і визначається подіями, які йому передували.

Фрейд описував психічну організацію як би розділену на три компоненти: **свідоме, несвідоме і передсвідоме**.

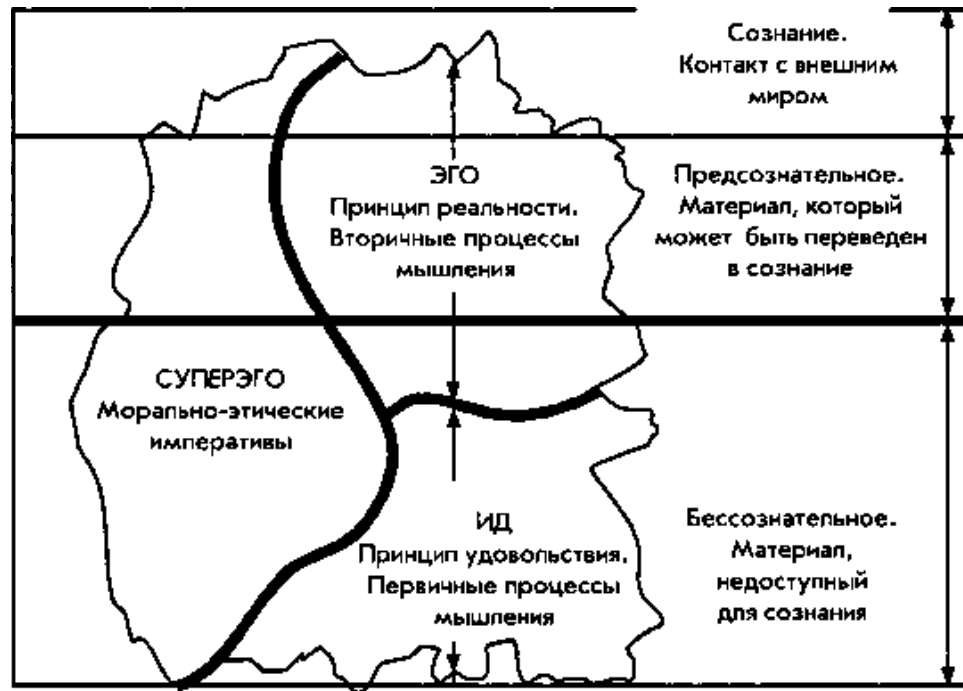


Рис. 1. Зв'язок структурної моделі з рівнями свідомості.

Свідоме. Свідоме є лише невеликою частиною психічної організації; воно включає в себе тільки те, що ми усвідомлюємо в даний момент часу.

Несвідоме. У внутрішніх межах несвідомого перебувають інстинктивні елементи, які ніколи не усвідомлені і ніколи не доступні свідомості. Крім того, існує матеріал, який відділений - підданий цензурі і витіснений - з області свідомості. Цей матеріал не забутий і не втрачений, але він ніколи не згадується. Думка або спогад, тим не менш, впливають на свідомість, але непрямым чином.

Передсвідоме - це частина несвідомого, яка легко може стати свідомою. Ті ділянки пам'яті, які доступні, є частиною передсвідомого. До цієї області можна віднести, наприклад, згадування все, що людина робила вчора, імена, вуличні адреси, улюблена їжа, запахи багаття з опалого листя і так далі.

Потяг. Потяг іноді неправильно переводиться в деяких посібниках як "інстинкт". Потяги, або спонукання, змушують діяти в напрямку певних цілей без участі свідомих роздумів. Фрейд позначив фізичні аспекти потягів як потреби і психічні аспекти потягів як бажання. Ці потреби та бажання спонукають людей робити вчинки.

Всі потяги мають **чотири складові елементи**: джерело, мета, стимул і об'єкт. *Джерелом*, тобто місцем, де відбувається виникнення потреби, може бути якась частина або тіло людини в цілому. *Мета* повинна послаблювати потребу до такої міри, що відпадає необхідність у дії; це дає організму задоволення його актуальних бажань. *Стимул* - це кількість енергії, сила або тиск, який використовується для задоволення потягу. *Об'єкт* потягу - це

будь-яка річ або дія, що дозволяє задовольнити вихідне бажання.

Фрейд припустив, що нормальна, розсудлива модель поведінки полягає в прагненні зменшити стан напруги до прийняттого рівня. Людина, у якої є наявності якась потреба буде продовжувати займатися пошуками шляхів, які зможуть послабити первісний стан напруги.

Фрейд розкрив **два види основних потягів**. Його рання модель описувала дві протилежні сили: **сексуальну - лібідо** (у більш широкому сенсі еротичну або та що доставляє фізичне задоволення) і **агресивну, або деструктивну**. Пізніше він описав ці сили більш масштабно: одну в якості сили, що підтримує життя, іншу в якості сили, потураючи смерті (і руйнації).

Структура особистості. Фрейд запропонував виділити в структурі особистості три основні компоненти психічної організації: **ід (Id)**, **его (Ego)** і **суперего (Superego)**. Id просто означає "воно", Ego означає "я" і Superego означає "над-я".

Ід - вихідна суть для решти проявів особистості. Воно є біологічним за своєю природою і містить в собі джерело енергії для всіх інстанцій в структурі особистості, ід саме по собі примітивне і неорганізоване. Ід не змінюється під впливом життєвого досвіду, так як воно не знаходиться в контакті з зовнішнім світом. Його завдання полягає в ослабленні стану напруги, посилення задоволення і доведенні до мінімуму станів дискомфорту. Зміст ід майже повністю несвідомо. Воно включає в себе примітивні думки, які ніколи не усвідомлюються, і думки, які свідомість відкидає і обґрунтовує для себе як неприйнятні. Згідно Фрейду, переживання, які відкидаються або придушуються, все ж мають здатність впливати на поведінку людини з неослабною інтенсивністю і без участі будь-якого контролю свідомості.

Его - структурний компонент психіки, який знаходиться в контакті з реальністю зовнішнього світу. Воно розвивається з ід в міру того, як дитина починає усвідомлювати свою власну індивідуальність, задовольняти вимоги ід. Його завдання полягає в забезпеченні життєздатності особистості, безпеки і здорової психіки. Його основні властивості включають контроль над довільними рухами і ту сторону діяльності, яка спрямована на самозбереження. Діяльність его полягає в регулюванні рівня напруги, створюваного внутрішніми або зовнішніми подразниками. Збільшення напруги відчувається як стан дискомфорту, тоді як зменшення напруги - як стан задоволення. Тому его прагне до задоволення і шукає шляхи, щоб уникнути і применшити страждання. Таким чином, его спочатку створено ід в спробі впоратися зі стресом.

Суперего. Останній компонент структури особистості утворюється не з ід, а з его. Суперего служить суддею або цензором вчинків і думок его. Це сховище моральних норм, стандартів поведінки і тих утворень, які формують заборони для особистості. Фрейд описав *три функції суперего*: совість, самоспостереження і формування ідеалів. В якості совісті супер-его виконує роль щодо обмеження, заборони або осуду діяльності свідомості, а також

несвідомих дій. Несвідомі обмеження - це не прямі обмеження, а проявляються у вигляді примусів або заборон. Суперего розробляє, розвиває і затверджує моральні норми особистості. "Суперего дитини насправді базується не на образах батьків, а на їх суперего.

Взаємозв'язок між трьома підструктурами. Вища мета психічної діяльності полягає в тому, щоб підтримувати той прийнятний рівень динамічної рівноваги, який гранично збільшує задоволення в результаті зменшення напруги; використовувана енергія створюється ід, яке має примітивну, інстинктивну природу. Его, яке розвивається з ід, існує, щоб розглядати реалістично основні спонукання, які виходять від ід. Воно також виступає посередником між силами, які впливають на ід, суперего і вимогами реальності зовнішнього світу. Суперего, розвиваючись на основі его, виконує роль морального гальма або контрсили по відношенню до практичної діяльності его. Воно виставляє ряд установок, які визначають і обмежують гнучкість его.

Ід повністю несвідомо, тоді як его і суперего тільки частково такі. **Головне завдання психоаналізу**, висловлюючись цією мовою, полягає в тому, щоб *посилити его, зробити його незалежним від надмірно суворого ставлення з боку суперего і підвищити його здатність до розгляду матеріалу, раніше витісненого або прихованого в ід.*

Психосексуальні фази розвитку. У міру того як немовля стає дитиною, дитина підлітком, а підліток дорослою людиною, відбуваються характерні зміни в тому, що є предметом бажання і як ці бажання задовольняються. Ці змінюють один одного способи отримання задоволення і фізичні аспекти задоволення являють собою основні елементи в описаних Фрейдом фазах розвитку. Фрейд використовував термін фіксація для опису того, що має місце в тому випадку, коли людина не розвивається нормально від фази до фази, а залишається на якійсь певній фазі розвитку. Людина, фіксована на певній фазі, має тенденцію шукати задоволення своїх потреб більш простими способами, швидше як дитина, ніж як доросла людина при нормальному розвитку.

Оральна фаза. Оральна фаза починається з моменту народження, коли і потреби, і їх задоволення передбачають участь губ, язика і, трохи пізніше, зубів. Основний стимул немовляти не соціальний і не міжособистісний: просто отримати їжу і послабити стан напруги від голоду і спраги. Під час годування дитини також заспокоюють, притискають до себе і заколисують. Дитина асоціює як задоволення, так і ослаблення напруги з процесом годування.

Рот - це перша зона тіла, яку дитина може контролювати, велика частина лібідозної енергії спрямована туди або сфокусована на цій зоні. У міру дозрівання дитини розвиваються інші частини тіла. Однак деяка кількість енергії залишається прикріпленою або "зарядженою" по відношенню до способів орального задоволення. У дорослому стані існує безліч вдосконалених звичок і зберігається інтерес до підтримки оральних задовольень. Поглинання їжі, смоктання, жування, куріння, кусання,

облизування або чмоканье губами є фізичними виразами цих інтересів. Ті, хто постійно гризе щось, курці й ті, хто часто переїдає, можуть бути частково фіксованими на оральної фазі; це люди, чиє психологічне дозрівання, можливо, не завершено.

Анальна фаза. У міру того як дитина росте, в усвідомлення вносяться нові зони напруги та задоволення. У віці між двома і чотирма роками дитина в основному вчиться керувати анальним сфінктером і сечовим міхуром. Дитина приділяє особливу увагу сечовипусканню і дефекації. Підвищення фізіологічного контролю асоціюється з усвідомленням, що такий контроль є новим джерелом задоволення. Крім того, діти швидко вчаться тому, що зростаючий контроль приносить їм увагу і похвали з боку батьків. Невдача при навчанні туалетним навичкам, що викликає щире засмучення батьків, дозволяє дитині вимагати уваги як у випадку успішного контролю, так і у разі помилки. Характерні риси дорослої людини, пов'язані з частковою фіксацією на анальній фазі, - це акуратність, ощадливість і завзятість. Фрейд помітив, що ці три риси характеру зазвичай бувають закладені одночасно. Він згадує поєднання "анальний характер", при якому манери поведінки тісно пов'язані з важкими переживаннями, випробуваними під час цього періоду в дитинстві.

Фалічна стадія. Починаючи з трирічного віку дитина переходить у фалічну фазу розвитку, яка сфокусована на геніталіях. Фрейд стверджував, що ця фаза характеризується як фалічна, так як в цей період дитина починає усвідомлювати, є у нього пеніс чи ні. Це перша фаза, в якій діти починають розуміти відмінності статей. Фрейд намагався зрозуміти напружені стану дитячих переживань під час сексуального збудження, тобто задоволення від стимуляції в області геніталій. Це збудження, в дитячому розумінні, пов'язано з близьким до фізичної присутності батьків. Фрейд побачив, що діти в фалічній фазі розвитку реагують на своїх батьків як на потенційну загрозу для здійснення їхніх потреб. Таким чином, для хлопчика, який хоче бути близьким до своєї матері, батько набуває деякі риси суперника. У той же самий час хлопчики хочуть любові і прихильності з боку батька, через що матір виглядає як суперниця. Дитина в такій ситуації перебуває в суперечливому стані бажання і боязні обох батьків.

Для хлопчиків Фрейд назвав цей конфлікт **едипів комплекс** на честь героя трагедії давньогрецького драматурга Софокла. Для дівчаток існує аналогічна проблема, але її вираз і рішення приймають інші форми. Дівчинка хоче володіти своїм батьком і бачить у матері головну суперницю. Хлопчики придушують свої почуття частково із за страху кастрації. У дівчаток це виглядає по-іншому. Придушення їх бажань переживається менш важко і не в такій повній мірі. Відсутність напруженості дозволяє дівчинці "залишатися в едіпової ситуації в перебігу невизначеного періоду часу. Вона лише відкладає її на більш пізній період свого життя, залишаючи її невирішеною".

Латентний період. Ця фаза, що триває з 5 або 6 років і до початку підліткового віку, названа латентним періодом. Це час, коли не дозволені сексуальні бажання фалічної фази не розглядаються його, а успішно придушуються суперого.

Генітальна фаза. Заключний етап біологічного та психологічного розвитку, він має місце з настанням статевої зрілості і є результатом повернення лібідозної енергії до сексуальних органів. Тепер хлопчики і дівчатка змушені усвідомити свої сексуальні відмінності і починають шукати шляхи задоволення своїх еротичних і міжособистісних запитів. Фрейд вважав, що гомосексуалізм на цій стадії є результатом відсутності адекватного розвитку і що гетеросексуальність є властивістю здорової особистості.

Психоаналіз: теорія. Психоаналіз - це назва 1) методики дослідження душевних процесів, які не піддаються дослідженню іншими способами, 2) методу для лікування невротичних розладів і 3) системи психологічних знань, отриманих за цими напрямками, які поступово акумулюються в нову наукову дисципліну.

Фрейд вважав, що зміст несвідомого залишається несвідомим тільки при значній і постійній витраті енергії лібідо. Коли цей зміст стає доступним, звільняється енергія, яка може використовуватися його для більш корисних устремлінь особистості. Звільнення заблокованого вмісту може звести до мінімуму саморуйнівні тенденції.

Сновидіння і діяльність сновидіння. У роботі "Тлумачення сновидінь" (1890) Фрейд описав, яким чином сновидіння допомагають психіці захищати себе і досягати почуття задоволення. Різного роду перешкоди і бажання наповнюють повсякденне життя людини. Сновидіння досягають свого роду рівноваги, як у фізичному, так і в психологічному плані, між інстинктивними спонуканнями і обмеженнями, які ставить реальне життя. **Сновидіння** - це спосіб вивільнення нездійснених бажань людини за допомогою його свідомості без пробудження фізичного тіла.

Майже кожне сновидіння може бути зрозуміле як здійснене бажання. **Сновидіння** - це альтернативний шлях для задоволення вимогам несвідомого. У контексті психоаналізу терапевт допомагає пацієнтові в тлумаченні сновидінь, щоб сприяти розкриттю у нього несвідомих мотивацій.

Природа тривоги. Головна проблема для психіки полягає в тому, як впоратися зі станом тривоги. Тривога може розвинути в будь-якій ситуації (реальної чи уявної), коли фізична або психічна загроза занадто велика, щоб її проігнорувати, впоратися з нею або уникнути. Потенційні події, які викликають стан тривоги, можуть включати в себе, але не обмежуватися наступними:

1. Втрата бажаного об'єкта - наприклад, дитина втратила батька чи матір, близького друга або улюблену тварину.
2. Втрата любові - наприклад, у разі відмови або нездатності повернути любов або розташування з боку того, хто має для вас значення.
3. Втрата особистої індивідуальності, страх кастрації, втрати власного обличчя або страх публічного висміювання.
4. Втрата любові до себе - наприклад, суперого засуджує риси характеру чи особливості власної особистості, а також вчинки, що призводить до почуття провини або почуттю ненависті до себе.

Існують **два основних способи ослаблення стану тривоги**. *Перший* полягає в тому, щоб безпосередньо розглянути ситуацію. Ми долаємо перешкоди, або стикаємося з неприємностями лицем до лица, або уникаємо їх, тим самим дозволяючи свої проблеми, або ж вступаємо з ними в угоду для того, щоб звести до мінімуму їх вплив. *Альтернативний* спосіб захисту від стану тривоги здійснюється за допомогою спотворення чи заперечення самої реальної ситуації. Способи, за допомогою яких здійснюються спотворення, названі захисними механізмами. Вони повністю описані Анною Фрейд (1936) і трактуються як невід'ємні частини основних понять психоаналізу.

Ідеї Фрейда продовжують впливати на психологію, літературу, мистецтво, антропологію, соціологію та медицину. Багато з його поглядів, такі, як важливість сновидінь і енергія несвідомих процесів, є загальновизнаними. Інші аспекти його теорії, наприклад взаємовідносини між его, ід і суперего або роль едіпового комплексу в юнацькому розвитку, широко дискутуються. Проте деякі його роботи, включаючи аналіз жіночої сексуальності і теорію про походження цивілізації, так само широко критикуються.

Основні висновки з теорії З.Фрейда:

1. Тіло є першоосновою свідомості в цілому.
2. Свідоме - це лише невелика частина психіки. Несвідоме і передсвідоме являють собою інші компоненти свідомості, менш розкриті і вивчені.
3. Описуються два основних види потягів: сексуальні (підтримують життя) і агресивні (потурають смерті).
4. Структура особистості складається з ід (воно), его (я) і суперего (над-я). Вище завдання психіки полягає в підтримці прийнятної рівня динамічної рівноваги, який гранично збільшує задоволення, сприймається як зниження напруги. Головне завдання психоаналізу полягає в тому, щоб посилити его, зробити його незалежним від надмірно вимогливої уваги з боку суперего і збільшити його здатність до розгляду раніше витісненого або прихованого змісту.
5. Фрейд запропонував опис психосексуальних фаз розвитку. Способи задоволення бажань і фізичні зони задоволення змінюються в кожній фазі. Індивід послідовно проходить через оральну, анальну і фалічну фази розвитку. Проблеми, пов'язані з Едіповим комплексом, мають місце під час фалічної фази. Фіксація відбувається тоді, коли людина надмірно "застряє" на якійсь певній фазі.
6. Сновидіння використовуються в психоаналізі як допоміжний засіб для розкриття несвідомого змісту. Сновидіння не випадкові і не безладні, вони розглядаються як один із способів задоволення нездійснених бажань. Стан тривоги є головною психологічною проблемою душевного життя людини. Якщо не існує прямої загрози для тіла або для психіки, то вступають в дію механізми захисту. Витрата енергії, необхідної для підтримки ефективного захисту, обмежує гнучкість і силу его.
7. Досвід раннього дитинства значно впливає на характер взаємин, що

складаються в підлітковому періоді, в молодості та зрілості. Відносини, які мають місце в рідній сім'ї між батьками і дітьми, є визначальними протягом усього подальшого життя людини.

8. Мета психотерапії полягає в тому, щоб допомогти встановити найкращий з можливих рівнів функціонування его. Роль психотерапевта полягає у відродженні в пам'яті, повернення до усвідомлення і реінтегруванню несвідомих змістів таким чином, щоб життя пацієнта могло приносити йому більше задоволення.

Весь Фройд одним поглядом					
Структура	Процес	Розвиток	Патологія	Зміни	Конкретний випадок
Воно, Я, Над-Я, несвідоме, передсвідоме, свідоме	Сексуальні та агресивні інстинкти, тривога, захисні механізми	Ерогенні зони, оральна, анальна, фаллічна стадії розвитку; Едипов комплекс	Дитяча Сексуальність, фіксація і регресія, конфлікт, симптоми	Перенос, вирішення конфлікту, «Де було Воно, там буде Я»	Маленький Ганс

2. Теорія особистості Карла Густава Юнга. Аналітична психологія Юнга.

План лекції:

1. Структура особистості.
2. Теорія типів особистості.
3. Розвиток особистості: індивідуація.

1. Основні поняття. Юнгом була сформульована теорія особистого і колективного несвідомого. **Особисте несвідоме** складається із забутих спогадів, пригніченого досвіду і сублімованих сприймань. Така концепція схожа фрейдівському поняттю несвідомого.

Зміст **колективного несвідомого**, відомого також як безособове або трансперсональне несвідоме, є універсальним і не має коренів в нашому особистому досвіді. Ця концепція є, ймовірно, найбільшим відступом Юнга від Фрейда і його найбільш значним внеском у психологію.

Особисте несвідоме. Матеріалом для формування особистого несвідомого стає минуле індивіда. Це формування аналогічне фрейдівському поняттю несвідомого. Особисте несвідоме складається з болючих і пригнічених спогадів, а також незначних спогадів, які просочилися в галузі свідомості. Особисте несвідоме містить у собі частину особистості, які ніколи не доходять до свідомості.

Колективне несвідоме. Колективне несвідоме - це саме сміливе і саме спірне поняття із запропонованих Юнгом. Юнг ідентифікує колективне, або трансперсональне, несвідоме з ядром усього психічного матеріалу, який не проходить через особистий досвід. Юнг постулює, що психіка дитини вже зберігає структуру і канали всього подальшого розвитку, способи взаємодії з середовищем. Ця базова структура є, по суті, однаковою у всіх дітей. Хоча ми розвиваємося по-різному і стаємо унікальними індивідами, колективне несвідоме є загальним для всіх людей і, отже, єдино.

Згідно з Юнгом, ми народжені з психологічною спадщиною, так само як з біологічною. Обидві є важливими детермінантами поведінки і досвіду.

Архетипи - це успадковані схильності відповідати світу певними способами. Вони є початковими образами, спогадами про інстинктивні енергії колективного несвідомого.

Юнг постулював ідею архетипу, вивчивши розповіді своїх пацієнтів. Ряд пацієнтів Юнга описували сни і фантазії, що включали дивовижні ідеї та образи, зміст яких не міг бути простеженим з минулого досвіду індивіда. Юнг припустив, що в колективному несвідомому є рівень образності. Юнг також відкрив тісний зв'язок між змістом снів пацієнтів і міфічними і релігійними темами, знайденими ним у різних культурах.

Згідно з Юнгом, архетипи є структурно-формуючими елементами всередині несвідомого. З цих елементів виростають архетипічні образи, які домінують і в існуванні особистих фантазій, і в міфологіях всієї культури. **Архетипічні фігури** включають божественну дитину, двійника, старого

мудреця і передвічну мати.

З кожним архетипом може бути пов'язане широке розмаїття символів. Наприклад, архетип матері містить в собі не тільки реальну матір кожної людини, але також всі материнські фігури і фігури вихованців. Ця група архетипу включає жінок взагалі, містичні образи жінок, такі, як Венера або Дівоча Мати і Мати Природа, що підтримують і виховують символи, такі, як церква і рай. Архетип матері містить в собі і позитивні і негативні риси, такі, як загрозна, домінуюча або душуюча мати. У середні віки, наприклад, цей аспект архетипу викристалізувався в образ відьми.

Его є центром свідомості і одним з головних архетипів особистості. Его забезпечує почуття сталості та напрямки нашого свідомого життя. Воно опирається порушенню тендітної цілісності свідомості і намагається переконати нас, що ми повинні завжди свідомо планувати і аналізувати наш досвід.

Згідно з Юнгом, психіка в першу чергу складається з несвідомого. Юнг, як і Фрейд, вважав, що Его виростає з несвідомого і привносить і різноманітний досвід і спогади, продовжуючи поділ між несвідомим і свідомістю. В Его немає несвідомих елементів, тільки свідомість містить в собі виведене з особистого досвіду. Ми звикли вірити, що Его є основним елементом психіки, і врешті-решт ігноруємо іншу половину психіки - несвідоме.

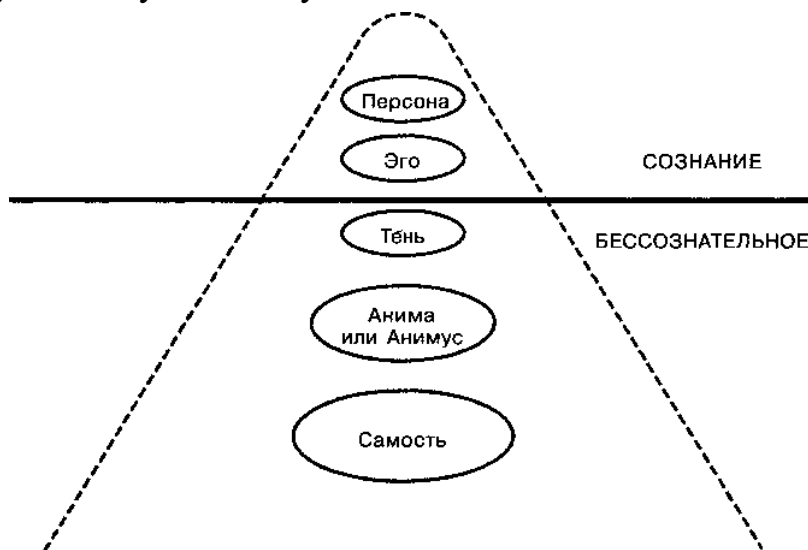


Рис. 2. Структура особистості. На малюнку зображений порядок, в якому головні архетипи зазвичай з'являються в юнгіанській психології.

Персона. Наша персона є зовнішнім проявом того, що ми пред'являємо світу. Це характер, який ми вважаємо прийнятним; через нього ми взаємодіємо з іншими. Особистість включає в себе наші соціальні ролі, одяг, який ми носимо, і наші індивідуальні способи виражати себе. Термін персона прийшов з латини, що означає "маска" або "фальшиве обличчя". Маска надягалася акторами в Стародавньому Римі. Щоб соціально функціонувати, ми граємо роль, використовуючи прийоми, властиві саме цій ролі.

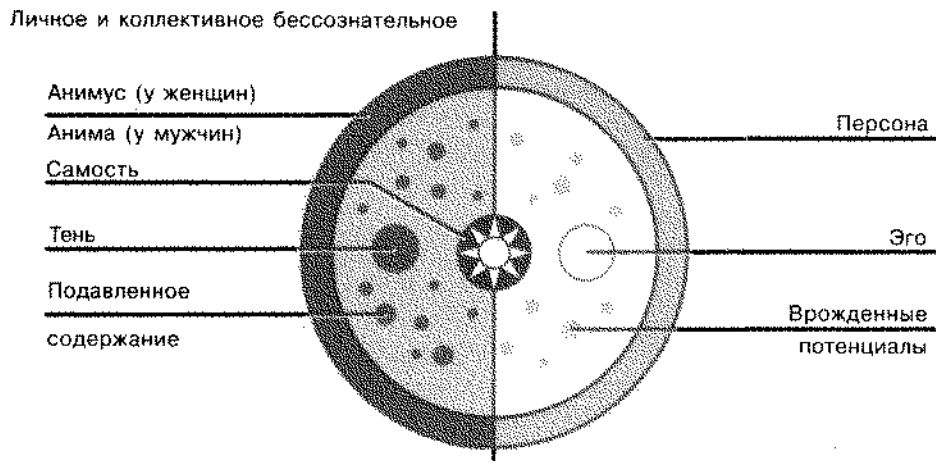


Рис. 3. Загальна схема психіки. З «Я і Ні-Я»

«Его завжди хоче все пояснити і затвердити своє власне існування» (Jung, 1973, р. 427).

У той час як Его ідентифікується з персоною, люди починають вірити, що вони є тим, чим претендують бути. Персона може бути виражена через об'єкти, які ми використовуємо, щоб закрити своє тіло (одяг або покривало), і через інструменти нашого заняття (лопата або портфель).

Тінь - це архетипна форма, що складається з матеріалу, пригніченого свідомістю; її зміст включає ті тенденції, бажання, спогади і досліди, які відсікаються людиною як несумісні з персоною і суперечать соціальним стандартам і ідеалам. Тінь містить в собі всі негативні тенденції, які людина хоче відкинути, включаючи тваринні інстинкти, а також нерозвинені позитивні та негативні риси.

Чим сильніше стає наша персона, тим більше ми ідентифікуємо з нею і тим більше відкидаємо інші частини самих себе. У снах фігура тіні може з'явитися як тварина, карлик, бродяга або будь-яка інша підпорядкована фігура.

Аніма і анімус. Юнг вважав очевидним, що складовою частиною персони є якась несвідома структура, і назвав її анімою у чоловіка і анімусом у жінок. Ця основна психічна структура служить осередком всього психологічного матеріалу, який не погоджується з тим, як саме людина усвідомлює себе чоловіком або жінкою.

Для жінки процес психологічного розвитку тягне за собою початок діалогу між її Его і анімусом. Анімус може патологічно домінувати завдяки ідентифікації з архетипними образами (наприклад, зачарованого принца, романтичного поета, примарного коханця або мародерства пірата) та/або через надзвичайно сильної прихильності до батька.

Анімус розглядається Юнгом як окрема особистість. Коли анімус і його вплив на людину усвідомлені, анімус бере на себе роль сполучної ланки між свідомістю та несвідомим, поки останнє поступово НЕ інтегрується в самість. Юнг розглядає риси цього союзу протилежностей (в даному випадку, чоловічого і жіночого початків) як головну детермінанту виконання особистістю жіночої ролі. Подібний же процес відбувається між анімою і

маскулінних Его у чоловіка. Поки наша аніма або анімус неусвідомлені, не прийняті як частина нашої самості, ми будемо прагнути проектувати їх на людей протилежної статі:

Самість - найбільш важливий і важкий для розуміння архетип. Юнг назвав самість головним архетипом, архетипом психологічного ладу і цілісності особистості. Самість - архетип центрованості. Ця єдність свідомості і несвідомого, яке втілює гармонію і баланс різних протилежних елементів психіки. Самість визначає функціонування цілісної психіки методом інтеграції. Юнг відкрив архетип самості тільки після своїх досліджень інших структур особистості.

Самість зображується у снах і образах або безособово (як коло, мандала, кристал, камінь), або персоніфіковано (як королівське подружжя, божественна дитина або інші символи божественності). Великі духовні вчителі, такі, як Христос, Магомет і Будда, є також і символами самості. Це символи цілісності, єдності, примирення протилежностей і динамічної рівноваги - цілей процесу індивідуації.

Сни. За Юнгом, сни відіграють важливу додаткову (або компенсаторну) роль в психіці. "Загальна функція снів, - писав Юнг, - спробувати відновити наш психологічний баланс продукуванням матеріалу сну, який відновлює важковловимий спосіб загальної психічної рівноваги".

2. Теорія типів особистості. Серед усіх понять, запропонованих Юнгом, інтроверсія і екстраверсія, ймовірно, одержали саме широке поширення.

Інтроверсія. Виражений атитюд особистості, яка орієнтована в першу чергу на свій внутрішній світ, якій комфортніше у світі почуттів і думок, ніж у взаємодії з навколишнім середовищем.

Екстраверсія. Виражений атитюд особистості, орієнтованої, в першу чергу, зовні, якій простіше зі світом інших людей і об'єктів.

Немає чистих інтровертів або чистих екстравертів. Юнг порівнював ці два способи поведінки з серцебиттям: є ритмічне чергування між циклами скорочення (інтроверсія) і циклами розширення (екстраверсія). Проте кожен індивід має один або інший атитюд і частіше діє в ключі бажаного атитюда.

Ці ж якості визначають баланс між свідомістю та несвідомим: у разі екстраверта ви виявите, що його несвідоме має інтровертні риси, тому що всі екстравертні проявлені в його свідомості, а інтровертні залишені в несвідомому. Інтроверти цікавляться в основному своїми думками і почуттями і, перебуваючи у своєму внутрішньому світі, можуть втратити зіткнення зі світом зовнішнім. Типовий приклад - розсіяний професор.

Функції: мислення, почуття, відчуття, інтуїція. Одним з найбільших вкладів Юнга в психологію є його **теорія типів**. Юнг виявив, що різні люди думають, відчувають, отримують досвід спілкування зі світом фундаментально різними способами. Його теорія типів стала потужним інструментом, що допомагає нам зрозуміти, як живуть інші.

Юнг ідентифікував **чотири фундаментальні психологічні функції:**

мислення, почуття, відчуття, інтуїцію. Будь-яка з них існує в

інтровертивній або екстравертивній формі. У кожної людини одна з функцій є більш усвідомленою, розвинутою і домінуючою. Юнг назвав цю функцію переважаючою і вважав, що вона діє з домінантного атитюда (екстраверсії або інтроверсії), а одна з трьох, що залишилися функцій йде глибоко в несвідоме і менш розвинена.

Мислення і почуття є альтернативними способами формування думки, прийняття рішень і розвитку різних відносин. Мислення пов'язане з об'єктивною реальністю, з поглядами і об'єктивним аналізом. Мислення задає питання: "Що це значить?". Для нього дуже цінні зміст і загальні принципи. Розумові типи (ті індивіди, у кому домінує розумова функція) - прекрасні укладачі планів; вони прагнуть слідувати своїм планам і абстрактним теоріям навіть тоді, коли ті спростовуються новими доказами.

Почуття фокусуються на цінності. Вона може включати в себе погляди на те, що добре і що погано, що вірно і що невірно, протиставлювані бажанням мислення діяти згідно логічним критеріям. Почуття ставить запитання: "Наскільки це цінно?".

Юнг класифікував *відчуття і інтуїцію*, об'єднавши їх як **способи збору інформації**, на відміну від способів прийняття рішень. *Відчуття* спираються на безпосередній чуттєвий досвід, сприйняття деталей і конкретних фактів: зором, дотиком, нюхом. Реальний, безпосередній досвід даний перш за все для його обговорення або аналізу. Відчуття задає питання: "Що саме я сприймаю?" Відчуваючий тип має тенденцію реагувати на безпосередню ситуацію, він ефективний і продуктивний при будь-яких кризах і крайнощах. Він працює з інструментами і матеріалами краще, ніж це робить будь-який інший тип. *Інтуїція* є способом осягнення сенсорної інформації в термінах можливостей, минулого досвіду, майбутніх цілей і несвідомих процесів. Інтуїція задає питання: "Що могло б статися?". Використання досвіду більш важливо для інтуїтивіст, ніж актуальний досвід сам по собі. Люди з сильною інтуїцією продукують смисли так швидко, що часто не можуть відокремити власні інтерпретації від необроблених сенсорних даних. Інтуїтивісти швидко інтегрують нову інформацію, автоматично пов'язуючи з безпосереднім минулим досвідом і справами, які стосуються даних подій. Так як сюди часто включається несвідомий матеріал, інтуїтивному мисленню властиві і осяяння, і обмеження.

Для індивіда комбінація всіх чотирьох функцій виражається в чітко сформованому підході до світу: щоб зорієнтуватися, ми повинні мати функцію, яка засвідчує, що щось знаходиться тут (сприйняття); другу функцію, яка встановлює, що саме є (мислення); третю, яка встановлює, підходить це нам чи ні, хочемо ми прийняти це чи ні (почуття); і четверту функцію, яка вказує, звідки це прийшло і в якому напрямку буде розвиватися (інтуїція).

4. **Психологічне зростання: індивідуація.** Згідно з Юнгом, у кожної людини є тенденція до індивідуації або саморозвитку. Юнг вважав, що психіка має вроджене прагнення до цілісності. Ця ідея подібна поняттю

самореалізації А. Маслоу, але базується на більш складній теорії психіки, ніж концепція останнього: "Індивідуація означає становлення єдиного. Ми могли б інтерпретувати індивідуацію як" шлях до особистості "або" самореалізацію ". **Індивідуація** - процес досягнення цілісності і, таким чином прагнення до більшої свободи. Процес включає розвиток динамічного зв'язку між Его і самістю з інтеграцією різних частин психіки: Его, персони, тіні, аніме і анімуса та інших архетипів несвідомого. Коли люди стають більш інтегрованими, вони починають висловлювати ці архетипи більш тонкими і складними способами. Індивідуація є розвитком самості, а з точки зору самості, метою є єдність свідомості і несвідомого.

3. Індивідуальна психологія Альфреда Адлера.

План лекції.

1. Основні поняття.
2. Основні принципи теорії А. Адлера.
- 3 Психологічний зростання.

1. Основні поняття. Одним з найбільших вкладів Адлера в психологічну науку був його постулат про комплекс неповноцінності і нашої потреби компенсувати дане почуття неповноцінності. В системі Адлера процес боротьби за перевагу з'явився серйозним переосмисленням ніцшеанської концепції волі до влади. Концепції життєвих цілей, життєвого стилю і творчої енергії особистості - найважливіший внесок холізму в психологію. Виділення Адлером соціальних інтересів, співпраці і ставлення суспільства до відмінності говорить про те, що його теорія залишається в рамках соціальних наук.

Неповноцінність і компенсація. У своїй монографії про органічну неповноцінність, що вийшла в 1907 році, Адлер зробив спробу пояснити, чому хвороби по-різному впливають на різних людей. У той час Адлер писав як лікар, займаючись переважно фізіологічними процесами. Він висловив припущення, що у кожного індивідуума існують певні слабкі місця - органи, особливо схильні до хвороб. Адлер також зазначав, що органічна слабкість може бути подолана за допомогою старанного тренування і вправ. Фактично слабкий орган можна розвинути до такої міри, що він стане найголовнішою силою людини.

Адлер розширив своє дослідження органічної неповноцінності до вивчення психологічного почуття неповноцінності. Він запропонував термін **комплекс неповноцінності**. Згідно Адлеру, на дітей глибоко впливає відчуття власної неповноцінності, яке є неминучим наслідком малих розмірів дитини і відсутності у неї влади. Дитячі враження самого Адлера привели його до необхідності виділити цю думку:

- життєвий досвід дитини змушує її відчувати свою слабкість, неспроможність і фрустрацію. Діти відносно малі і безпорадні в дорослому світі. \
- для дитини контролювати власну поведінку і вирватися на свободу з-під влади дорослих - найважливіше завдання. З цієї точки зору сила

виглядає як перше добро, а слабкість - як перше зло.

- боротьба за досягнення влади - це рання дитяча компенсація почуття неповноцінності. Для Адлера практично весь прогрес є результат наших старань компенсувати почуття неповноцінності. Це почуття підштовхує нас до більш значних досягнень.

Агресія і боротьба за перевагу. У своїх ранніх роботах Адлер підкреслював важливість агресії і прагнення до влади. Однак він ототожнював агресію ні з ворожістю, а скоріше з ініціативністю і здатністю долати перешкоди, наприклад, як в агресивній тактиці продажів. Адлер стверджував, що агресивні тенденції в людині є вирішальними в індивідуальному та видовому виживанні. Агресія може проявляти себе як воля до влади - фраза Ніцше, якою Адлер скористався. Адлер зазначав, що і чоловіки, і жінки для задоволення прагнення до влади часто використовують сексуальність.

Пізніше, розвиваючи свою теорію, Адлер розглядав агресію і волю до влади як прояви більш загального мотиву - **цілі досягти переваги або досконалості**, тобто прагнення поліпшити себе, розвинути свої здібності та можливості. Адлер вважав, що всі здорові індивідууми керуються прагненням до вдосконалення, до постійного поліпшення: "Прагнення до вдосконалення є вродженим в тому сенсі, що воно - частина життя, спонукаюча сила, щось, без чого життя було б немислима" (1956).

Прагнення до переваги може приймати як позитивний, так і негативний напрямок. Якщо це прагнення пов'язано з соціальним інтересом і турботою про благополуччя оточуючих, воно розвивається в конструктивному і здоровому напрямку. Особистість, ведена такою метою, намагається рости, розвивати свої навички та можливості, прагне до конструктивного способу життя. Однак деякі люди шукають особистої переваги, намагаючись відчувати її, підпорядковуючи собі інших, замість того щоб ставати більш корисними для оточуючих. Для Адлера прагнення до особистого вищості є невротичний симптом, результат сильного почуття неповноцінності і відсутності соціального інтересу. Особистісна перевага зазвичай не приносить визнання і особистого задоволення, якого шукає людина.

Життєві цілі. За Адлером, мета підкорення навколишнього середовища - занадто широке поняття, щоб за його допомогою логічно пояснити, як люди вибирають свою лінію в життя. Тому Адлер висунув ідею, згідно з якою особистість виробляє специфічну життєву мету, використовуючи її в якості орієнтира. На життєву мету людини впливають її особистий досвід, її цінності, схильності й особисті властивості. Життєва ціль не є ясна і усвідомлена мета. Життєві цілі - завжди щось нереалістичне (фікційний фіналізм), і вони можуть бути невротично перебільшені, якщо почуття неповноцінності занадто сильно. Для невротика зазвичай існує величезна прірва між свідомо поставленими цілями і саморуйнівними життєвими цілями, поставленими несвідомо.

Стиль життя. Адлер підкреслював необхідність аналізувати особистість як єдине ціле. Життєвий стиль - це унікальний спосіб досягнення своїх цілей, що обирається особистістю. Це комплекс засобів, що дозволяють пристосуватися до навколишньої дійсності. Згідно Адлеру, ключ до розуміння поведінки людини знаходиться в прихованих цілях, якими вона керується.

Схема апперцепції. Як частина життєвого стилю, особистість виробляє уявлення про себе і про світ. Адлер назвав ці уявлення схемою апперцепції.

Апперцепція - це психологічний термін, який відноситься до сприйняття, включаючи суб'єктивну інтерпретацію того, що ми отримуємо за допомогою почуттів. Схема апперцепції має властивість посилювати сама себе. Наприклад, якщо ми боїмося, ми більш схильні помічати загрози в навколишньому світі і тим самим підсилюємо нашу споконвічну віру в те, що навколишній світ загрожує нам. Робота Адлера над схемою апперцепції є важливою передумовою когнітивної психології та когнітивної терапії.

Творча енергія особистості. Індивідуальна психологія як наука виникла із спроб зрозуміти цю таємничу творчу енергію життя, яка проявляється у бажанні розвиватися, намагатися, досягати ... Це телеологічна сила, вона виражається в прагненні до мети, і в цьому прагненні все тілесні та психологічні зусилля покликані діяти разом. Ядром адлерівської моделі людської природи є творчість - здатність формулювати (свідомо чи несвідомо) цілі і способи їх досягнення. Вона досягає найвищого розвитку у створенні життєвого плану, який організовує життя людини в послідовний життєвий стиль. За Адлером, формування життєвої мети, життєвого стилю і схеми апперцепції, по суті, є творчий акт. Творча сила індивідуума організовує і направляє його реакцію на навколишній світ. Адлер приписував особистості унікальність, самосвідомість і контроль над своєю долею - якості, яким, на його думку, Фрейд не приділяв належної уваги у своїй концепції людської природи.

Соціальний інтерес. Багато критиків спрощено сприймали думки Адлера щодо агресії і прагнення до влади, приписуючи їм занадто велике значення в його концепції. Центральним у пізнішій роботі Адлера є поняття соціального інтересу. Більш точним перекладом оригінального німецького терміну могло б служити поняття «громадські почуття». Під соціальним інтересом Адлер розумів "почуття солідарності, пов'язаності людини з людиною ... розширене значення почуття товариства в людському суспільстві". Почуття спільності стосується участі, яку ми приймаємо в справах інших людей, не просто заради досягнення власних цілей, але з "інтересу до інтересів" інших. Соціальний інтерес включає в себе почуття спорідненості з усім людством і прихильності до життя в цілому.

2. Основні принципи теорії А. Адлера:

1. Всі дії людини відбуваються в соціальному контексті. Не можна вивчати людей ізольовано.

2. Наголос робиться на міжособистісній психології. Найважливішим для індивідуума є розвиток у нього почуття включеності його в якесь більш велике соціальне ціле в якості невід'ємної частини.

3. Індивідуальна психологія дотримується холістичної, а не редукціоністської точки зору. Всі функції підпорядковані особистій меті і стилю життя.

4. У психології Адлера термін несвідоме - прикметник, а не іменник. Несвідомі процеси цілеспрямовані і служать цілям індивідуума, так само як і свідомі процеси.

5. Щоб зрозуміти людину, треба зрозуміти її або її стиль життя, або когнітивну організацію. Це лінза, через яку люди бачать себе і своє життя.

6. Хоча поведінка може змінюватися, стиль життя і довготривалі цілі індивідуума залишаються відносно постійними, поки не зміняться його основні переконання. Досягнення такої трансформації є одним з

найважливіших завдань терапії.

7. Поведінка визначається не минулим, а спадковістю і оточенням. Люди проваджені цілями, обраними ними самими, які, на їх думку, принесуть їм щастя і успіх.

8. Головна рушійна сила особистості - прагнення до досконалості або до переваги. Це твердження можна порівняти з концепцією самореалізації К. Хорні або з самоактуалізацією А. Маслоу.

9. Людині наданий широкий вибір різних варіантів життя. Він або вона можуть вибрати здорові, суспільно корисні цілі або невротичні, марні для суспільства.

10. Психологія Адлера концентрується в першу чергу на процесі. Відносно невелика увага приділяється класифікації типів особистостей.

11. У будь-якому випадку сенс нашого життя визначається тим, як ми ставимося до неї. Здорова концепція життя включає в себе усвідомлення того, як важливо допомагати іншим людям і працювати на користь суспільства.

3. Психологічне зростання. Сутність психологічного зростання полягає насамперед у русі від егоцентричної мети досягти особистої переваги до позиції конструктивного впливу на навколишнє середовище і на розвиток суспільства. Конструктивне прагнення до переваги плюс сильний соціальний інтерес і кооперація - ось основні риси здорової особистості.

4. Життєві завдання. Адлер розглядав *три головні життєві завдання*, що стоять перед людиною: роботу, дружбу і любов. Ці завдання визначаються основними умовами людського існування: Ці три головних вузла визначені тим фактом, що ми живемо в одному конкретному місці всесвіту і повинні розвиватися в межах тих можливостей, які надають нам обставини; а також тим, що ми живемо серед інших подібних нам істот, пристосовуватися до яких нам доводиться вчитися, і ще тим, що ми розділені на дві статі і майбутнє нашої раси залежить від відносин цих двох статей. **Робота** включає в себе діяльність, корисну для суспільства, а не просто ті заняття, які приносять дохід. За Адлером, робота приносить почуття задоволення і самоповаги тільки тоді, коли вона корисна для інших. **Дружба** обумовлена нашої приналежністю до людської раси і необхідністю постійно пристосовуватися до інших істот нашого виду і взаємодіяти з ними. Дружні стосунки дозволяють обзавестися життєво важливими зв'язками, так як жоден індивідуум не може бути прив'язаний до суспільства абстрактно. Дружні, спільні зусилля є важливим елементом конструктивної роботи. **Любов** розглядається Адлером в сенсі гетеросексуальної любові. Вона призводить до близької взаємодії на фізичному і ментальному рівні і породжує високий ступінь співробітництва між людьми протилежних статей. Любов виникає з інтимних відносин, які необхідні для продовження нашого роду. За Адлером, ці три компоненти (робота, дружба і любов) взаємопов'язані. Успіх в чомусь одному веде до успіху в інших. Фактично, всі три завдання є різними сторонами однієї проблеми - як жити конструктивно у навколишньому світі.

Перешкоди зростанню. Обговорюючи головні перешкоди для зростання і розвитку людини, Адлер насамперед відзначав три негативні обставини,

пов'язані з дитинством: **органічну неповноцінність, розпещеність і занедбаність**. Він підкреслював, що всі неврози дорослих мають своє коріння в спробах подолати почуття неповноцінності, яке призводить до збільшення ізоляції і відчуження від навколишнього світу. Неврози і фактично всі інші психологічні проблеми виникають, коли ми намагаємося домогтися особистої переваги замість того, щоб прагнути до здорової конструктивної поведінки. В результаті органічної неповноцінності, розпещеності і занедбаності у дітей часто виникає спотворений погляд на світ, а це породжує життєвий стиль невдахи. І знову Адлер підкреслює, що це не реальний "досвід" дітей, а їх сприйняття і висновки, які вони витягують з свого досвіду і які визначають шлях, обирається ними в житті.

Основні висновки. Теорії Адлера з'явилися сильним поштовхом для розвитку гуманістичної психології, психотерапії та теорії особистості. Багато з його концепцій були сприйняті іншими школами. Виділення Адлером соціального інтересу зробило психотерапію набагато більш соціально орієнтованою. З його роботи з усвідомленими, раціональними процесами виникла перша его-психологія. Найважливішим внеском Адлера в сучасну психологію є доказ значення сексуальних чинників в навколишньому світі, єдності особистості, ролі влади й агресії в людській поведінці, а також поняття комплексу неповноцінності.

Адлер підкреслював унікальність кожної людини і важливість розуміння того, що особистість - єдине ціле, включене в соціальну систему. Практично будь-який прогрес є результат старань особистості компенсувати органічну неповноцінність або почуття неповноцінності, і ці старання лежать в основі найбільш значних досягнень людства.

Прагнення до влади - фундаментальне прагнення людської душі. Пізніша формулювання цього принципу - прагнення до переваги, тут враховується роль розвитку і творчого зростання.

Мета кожної людини - стати цінною і значною особистістю. Найважливіший закон життя полягає в тому, що відчуття людиною цінності своєї особистості не повинно зменшуватися. Поведінка визначається індивідуальною концепцією світу. Обговорювати і лікувати психологічні та емоційні проблеми потрібно в контексті життєвих цілей і життєвого стилю особистості. Єдиний життєвий стиль людини проявляється в будь-яких межах його поведінки і в будь-якому симптомі.

Здатність до творчості, тобто, здатність формулювати як цілі, так і способи їх досягнення, - основа особистості. Життєва мета забезпечує послідовну організацію життя людини: це її творча відповідь навколишньому світу.

Почуття спільності, або соціальний інтерес, - це почуття приналежності до більш великого соціального цілого і прихильності до сім'ї, оточенню, суспільству і людству. Співробітництво - ключова складова соціального інтересу. Почуття неповноцінності може бути подолане лише через активну участь людини в житті інших людей в якості корисного і цінного члена суспільства.

Корінь неадаптивних і невротичних стилів життя - невміння співпрацювати і, в результаті, відчуття невдалого життя і власної неспроможності. Здорова особистість взаємодіє з іншими, для неї характерний сильний соціальний інтерес і конструктивне прагнення до переваги. Будь невроз - це спроба досягти

відчуття спроможності та подолати почуття неповноцінності. Неврози ізолюють людину, вони ведуть її від взаємодії з суспільством і від вирішення проблем реального життя. Щоб вилікувати невроз, терапевт повинен допомогти пацієнтові повністю змінити свою орієнтацію, направити пацієнта назад у суспільство.

Ті люди, яким бракує впевненості у своїй здатності ефективно і конструктивно взаємодіяти з іншими, шукають особистої переваги. Почуття неповноцінності в цьому випадку переважає.

Більш важливо зрозуміти наслідки поведінки людини, ніж його внутрішні переживання. Справжнє осягнення людського характеру - це не просто абстрактне знання, а розуміння, втілене в конструктивну дію. Ядро всіх психологічних проблем - турбота про себе замість турботи про інших.

4. Особистість в теорії Вільгельма Райха.

«Життя тіла - це життя відчуттів і емоцій. Саме тіло відчуває справжній голод, справжню радість від споглядання сонця або снігу ... справжній гнів, справжню печаль, справжню ніжність, справжню теплоту, справжню пристрасть, справжню ненависть, справжнє горе. Всі наші емоції належать тілу а розум лише усвідомлює їх » (Д. Г. Лоуренс, 1955).

Вільгельма Райх є **засновником так званої психосоматики**, а також **тілесно-орієнтованої психотерапії**. Його можна назвати хрещеним батьком всіх методів сучасної терапії, що мають відношення до емоційного життя нашого тіла.

«Навряд чи хто-небудь інший, окрім Райха, настільки послідовно і наполегливо розробляв критичні, революційні аспекти теорії психоаналізу» (Robinson, 1969, p. 10).

Вільгельм Райх був членом Віденського гуртка психоаналітиків і вів у ньому семінар технічної підготовки для молодих психологів. У власній терапевтичній діяльності він надавав величезного значення роботі з фізичними проявами характеру індивіда; особливо його цікавили так звані хронічні м'язові затиски людського тіла, які він назвав **тілесним панциром**. Крім того, він приділяв велику увагу ролі суспільства у формуванні підсвідомих, особливо сексуальних, заборон в свідомості індивіда.

Унікальний внесок Райха в психологію полягає в тому, що він, **по-перше**, наполегливо і завзято *підкреслював єдність тіла і розуму*, **по-друге**, у своїй психотерапевтичній дослідженні завжди включав проблеми, пов'язані з людським тілом, і, **по-третє**, розробив концепцію характерного панцира. Райх вважав, що до кожного пацієнта слід підходити як до цілісного організму, емоційні проблеми якого можна зрозуміти, лише розглядаючи його як цілісну істоту. Райха можна з упевненістю назвати піонером в таких областях, як сексуальне виховання і гігієна, психологія політики та соціальної дисципліни і зв'язок між психологією, біологією і фізикою. У всій своїй діяльності Райх був сміливим і наполегливим новатором, чий ідеї надовго випередили свій час.

Згідно концепції В.Райха, характер людини включає постійний, звичний набір, патерн захистів. Райх вважав, що **характер створює захист проти занепокоєння, яке виникає в дитині через інтенсивні сексуальні почуття в супроводі страху покарання**.

Перший захист проти цього страху - **придушення**, яке тимчасово

приборкує сексуальні імпульси. У міру того як "его-захисти" стають постійними і автоматично діючими, вони розвиваються в риси характеру або характерний панцир. Кожне характерне відношення має відповідну йому фізичну позу, тому характер людини виражається в його тілі у вигляді м'язової ригідності. Людині корисно проаналізувати в деталях свою позу і фізичні звички (тому Райх часто імітував характерні пози або жести пацієнтів, просив самих людей повторити або перебільшити звичний штамп поведінки, наприклад нервову посмішку), посилити певний затиск в м'язах, щоб краще усвідомити його, відчувати його і виявити емоцію, яка пов'язана з цією частиною тіла. Лише після того як переважна емоція знаходить своє вираження, людина може повністю відмовитися від хронічного напруги, або затиску.

В.Райх виявив, що хронічні м'язові затиски блокують **три основні спонукання**: тривожність, гнів і сексуальне збудження. Він прийшов до висновку, що фізичний (м'язовий) і психологічний панцир - одне і те ж. **При роботі з м'язовим панциром** Райх виявив, що звільнення хронічно затиснутих м'язів викликає особливі відчуття - відчуття тепла або холоду, поколювання, свербіж або емоційний підйом. Він вважав, що ці відчуття виникають в результаті вивільнення біологічної енергії, яку назвав **"оргоном"**. **Органічна енергія має такі властивості:**

1. вона вільна від маси, не має ні інерції, ні ваги;
2. вона присутня скрізь, хоча і в різній концентрації;
3. вона є середовищем електромагнітних і гравітаційних взаємодій, субстратом більшості фундаментальних природних феноменів;
4. вона знаходиться в постійному русі, її можна спостерігати у відповідних умовах.

М'язові затиски служать обмеженням як вільного потоку енергії, так і вільного вираження емоцій у людини. Те, що спочатку виникає як захист проти захльостуючих почуттів напруги і збудженості, стає фізичною та емоційною гамівною сорочкою.

Психологічний, особистісний ріст, самовдосконалення людини Райх визначає як *процес розсмоктування психологічного і м'язового панцира, поступового становлення більш вільною, щирою і відкритою людиною, більш енергійною і щасливою, набуття здатності насолоджуватися і задовольняючись оргазмом.*

Основні висновки:

- У практиці психоаналізу Райх стимулював звільнення пацієнтом блокованих м'язовим панциром емоцій, працюючи не тільки з психологічним матеріалом (емоціями), але і безпосередньо з тілом пацієнта.
- Захисні механізми особистості відрізняються від невротичних симптомів тим, що ці механізми переживаються індивідом в якості невід'ємної частини його особистості, в той час як невротичні симптоми відчуються ним як чужі елементи психіки, як елементи зайві і навіть несуть на собі печатку патології.
- У терії З.Фрейда найвищий рівень психосексуального розвитку позначений терміном генітальна особистість. В.Райх використовував цей термін для опису особистості, що володіє оргастичною потенцією. Розтискання м'язового панцира є умовою для справжнього генітального

розвитку.

- **М'язовий панцир складається з семи основних сегментів.** У кожен сегмент входять певні м'язи і органи, які володіють експресивними функціями. *Сегменти розташовані в області очей, рота, шиї, грудей, діафрагми, живота і таза і являють собою сім горизонтальних кіл, розташованих під прямим кутом до тулуба і хребта.*
- Для того щоб послабити лещата панцира, терапевт, який працює за системою Райха, за допомогою вправ, що включають в себе глибоке дихання, а також прямим впливом на хронічно напружені м'язи допомагає пацієнтові накопичити в тілі енергію, одночасно, протягом усього процесу терапії, підтримуючи з пацієнтом контакт і взаємодію.
- Райх був проти будь-якого поділу людської істоти на сфери емоцій, інтелекту і тіла. Він вважав, що інтелект несе в собі біологічну функцію і здатний володіти таким же потужним енергетичним викидом, як і емоції.

5. Теорія особистості Карен Хорні. Гуманістичний психоаналіз.

У своїх основних роботах по жіночій психології, написаних у 1920-х і початку 1930-х років, Хорні намагалася видозмінити ідеї Фрейда про заздрість до пеніса, жіночий мазохізм, жіночий розвиток, залишаючись в рамках ортодоксальної теорії. Ці статті занадто випередили свій час і отримали широкую популярність, лише коли в 1967-му була перевидана її «Жіноча психологія», після чого Карен Хорні була одностайно визнана «першою леді психоаналізу».

Більшість психоаналітиків слідом за Фрейдом у пошуках шляхів пояснення і терапії концентрували свою увагу на дитинстві і ранніх переживаннях. Випереджаючи багатьох недавніх критиків психоаналізу, Карен Хорні зрозуміла, що подібна практика призводить до кругової причинності, вона тягне за собою перетворення аналогій в причини і проблеми епістемології. Вона також вважала, що це терапевтично неефективно. Хорні сумнівалася в тому, що раннє дитинство може бути точно відновлено, оскільки ми змушені реконструювати його з точки зору наших нинішніх потреб, переконань і захистів. У людях живе потреба пояснювати речі їхнім походженням, проте Хорні вважала, що міфів про походження стільки ж, скільки і психоаналітичних теорій. Більш вигідно, вважала вона, «зосередитися на силах, які дійсно ведуть людину і притаманні їй; розумно буде зрозуміти їх, навіть нічого не знаючи про дитинство».

Хорні намагалася пояснити поведінку виходячи з її захисної функції та відповідальності за суперечливі відносини, вчинки та переконання, вона розглядала все це як частину структури внутрішніх конфліктів.

Карен Хорні, ймовірно, перший представник того напрямку, який тепер відомий як гуманістичний психоаналіз. Її теорія і теорія Абрахама Маслоу, на якого Хорні значно вплинула, доповнюють одна одну. В основі обох теорій лежить концепція реального «я» (real self), і мета людського життя полягає в її реалізації. Хорні звертає увагу на те, що відбувається, коли ми відділяємося від своїх реальних «я» через патогенне оточення. Маслоу зосередив свою увагу на умовах, які необхідні для здорового розвитку особистості, і на визначенні та характеристиках людей, що реалізують себе. Хорні описала, які захисні стратегії ми використовуємо, коли наші здорові базові потреби в безпеці,

любові, приналежності, повазі перетворилися на невротичні потреби через те, що не були задоволені. Теорії Хорні та Маслоу комплементарні і, взяті разом, дають більш повну картину людської поведінки, ніж кожна з них окремо.

Думка Хорні розвивалася за трьома **напрямами**: 1) її ранні есе про жіночу психологію; 2) в числі причин виникнення неврозів більш важливими вона вважала фактори культури і порушення в людських взаєминах, а не біологічні фактори; 3) вона досліджувала міжособистісні та інтрапсихічні захисти, які допомагають людині долати тривогу.

Хорні була одним із психологів, що поклали початок розвитку гуманістичної психології, заснованої на тому, що *здорові цілі і цінності життя народжуються в процесі самореалізації*. Хорні вірила в потенціал людського психічного зростання, виходячи з власного досвіду, проте визнавала всю трудність досягнення цього потенціалу.

Хорні вона вважала, що психоаналіз упереджено ставиться до жінок і відтворює і підсилює їх знецінення. Хорні запропонувала жіночу точку зору на розлади відносин між статями і відмінності чоловіків і жінок. Дівчата і жінки, на думку Хорні, володіють власними патернами розвитку, які треба розуміти, виходячи з них самих, не порівнюючи їх з чоловічими патернами.

Жінки більше заздять чоловічим привілеям, а не пенісу. Можливість розвивати свої людські здібності потрібна як чоловікам, так і жінкам.

За версією психоаналізу Хорні, **невроз являє собою набір захисних реакцій на базову тривогу**. Хорні виділяє роль культури і зміщує фокус з інфантильних джерел структури характеру, описаних Фрейдом.

Як у теорії, так і в практиці Хорні використовувала структурний підхід, який розглядає внутрішні конфлікти і захисти людини в даний момент часу. Для пояснення поведінки і проблем людини вона не намагалася, як Фрейд, відновити події минулого для того, щоб пояснити сьогодення.

На відміну від Фрейда, який вважав, що нічого нового не відбувається з людиною після п'яти років, Хорні припускала, що розвиток не зупиняється на цьому періоді і що наступні реакції і переживання людини впливають з попередніх.

Події минулого містяться у цьому, скоріше, як частина процесу розвитку, а не просте повторення. Наші дитячі переживання глибоко впливають на нас: вони визначають напрямок нашого розвитку, обумовлюючи нашу реакцію на навколишнє, проте вони не обов'язково породжують фіксації, що змушують нас повторювати колишні патерни.

Люди використовують **три базові стратегії для подолання базальної тривоги**: вони рухаються до людей і приймають рішення на користь поступливості; рухаються проти людей і приймають агресивне і експансивне рішення; рухаються від людей, стаючи відчуженими й відокремленими. В рамках експансивного рішення існують **три типи людей**: люди нарцистського, перфекціоністського і гордовито-мстивого типів.

Хорні вводить термін **«система гордості»**, що припускає невротичну гордість, невротичні домагання, тиранічні повинності, перебільшену ненависть до себе. До виникнення системи гордості призводить ідеалізація нашого «я».

Теорія Хорні відрізняється динамікою: конфлікти розвиваються циклічно, породжують коливання, протиріччя і ненависть до себе. В системі гордості існує конфлікт між повинністю і коливання між зневажливим і

ідеалізованим «я».

Наша енергія зміщується з розвитку наших реальних можливостей до реалізації нашого звеличення концепції нас самих. Нашою поведінкою ми намагаємося створити ідеалізований образ. Він, у свою чергу, породжує систему гордості.

Теорії Хорні вийшли за межі клінічної практики і знайшли застосування в якості систем інтерпретації в галузі літератури, культури, в жанрі біографій, в дослідженнях проблем статі, так само як в релігії і філософії.

Хорні намагалася пояснити суперечливі вчинки, відносини і переконання, вважаючи їх частиною структури внутрішнього конфлікту і пояснюючи поведінку людини, виходячи з її захисної функції.

6. Теорія особистості Еріка Берна.

Особистість в концепції Берна розглядається як *сукупність особливих станів Его, що виявляються в специфічних станах свідомості і зразках поведінки*. За допомогою структур, аналізу автор виділяє три основні Его-стани.

1. "Батько" - стан, копійований з справжніх батьків чи інших авторитетних в дитинстві особистостей. Крім моделі ролі батька, воно містить багато ін. Стереотипи і автоматизовані форми поведінки, відображають традиції, цінності, норми і правила. "Батько" уособлює функції контролю над дотриманням норм і приписів (які людина запозичує, часто некритично, протягом життя), а також заступництва і турботи. По суті - це актуалізація моральної сфери особистості.

2. "Дитина" - частина особистості, що зберіглася від справжнього дитинства, що містить афективні комплекси, пов'язані з ранніми дитячими враженнями і переживаннями. Цей стан може бути у двох формах: як природний "Дитина", яка є джерелом інтуїції, творчості, спонтанних спонукань і радості; як пристосований залежний "Дитина", яка змінює поведінку під впливом "Батька" (може бути слухняною або, навпаки, примхливою). По суті - це актуалізація емотивної сфери особистості.

3. "Дорослий" - стан, в якому здійснюється переробка інформації і імовірна її оцінка для ефективної взаємодії з навколишнім світом; демонструються тверезість, незалежність і компетентність. "Дорослий" контролює дії "Батька" і "Дитини", будучи посередником між ними. По суті, це - актуалізація раціональної, сфери особистості.

У різноманітних життєвих ситуаціях, насамперед у процесі спілкування з іншими людьми, особистість знаходиться, як правило, в одному з трьох Его-станів, яке в даний момент активізовано. Проте можливо і поєднання двох Его-станів, або, точніше "зараження" (контамінація) одного стану іншим. Таким механізмом зараження Берна пояснює різноманітні випадки особистісних патологій і відхилень аж до психічних захворювань. За допомогою розробленого Берном методу психотерапії може відбуватися "знезараження" (деконтамінація) Его-стану "Дорослого", досягнення його автономності з подальшим відновленням "Я-справжнього".

За допомогою концепції Его-станів можна розглядати процес міжособистісної взаємодії. *Елементарна одиниця спілкування*, що складається з трансакційного стимулу і реакції, називається **трансакцією**. За допомогою

своїї концепції Берн вивчає і більш складні форми поведінки людини - "гру", або "серії наступних одна за одною прихованих додаткових трансакцій з чітко визначеним і передбачуваним результатом", а також лежать в їх основі скрипти (див. Сценарій життєвий). За допомогою психологічної гри люди часто не усвідомлено компенсують свої особистісні проблеми. Берн створив теорію і типологію гри та сценаріїв, описаних у книзі "Ігри, в які грають люди. Люди які грають в ігри".

7. Теорія особистості Еріка Еріксона.

Ерік Еріксон - мабуть, найкращий і впливовий теоретик постфрейдизму. Він розширив розуміння психоаналізу, вивчивши методи виховання дітей в різних культурах, створюючи психологічні біографії видатних чоловіків і жінок і аналізуючи взаємодію психологічного та соціального розвитку. Теорія Еріксона про періоди розвитку його серйозно вплинула на психологію і суміжні області наукового знання. Він є і засновником сучасної психоісторії.

Роботи Еріксона міцно базуються на психоаналітичній теорії: ніхто ще з часів Фрейда не зробив стільки для розробки і застосування принципів психоаналізу в нових областях і для вирішення проблем сучасності. Поступово Еріксон розвинув власну оригінальну теорію, яка хоча і ґрунтувалася на психоаналітичному розумінні, але істотно відрізнялася за охопленням, концепцією і розстановкою акцентів. Її називали «недогматичним, емансипованим фрейдистом». Еріксонівські поняття особистості та кризи особистості стали повсякденними і мали визначальний вплив на всі соціальні науки.

Еріксон - блискучий, проникливий теоретик і прекрасний письменник. В основі його робіт лежить теорія циклів людського життя, модель, яка інтегрує ріст і розвиток людини від народження до похилого віку. **Основний внесок Еріксона** у вивчення особистості полягає в тому, що, поряд з фрейдівськими стадіями психосексуального розвитку, він, по-перше, показав, як людина одночасно проходить стадії психосоціального розвитку і стадії розвитку еґо, і, по-друге, довів, що розвиток особистості триває все життя і що кожна стадія розвитку може мати як позитивний, так і негативний результат.

Еріксонівської модель циклу людського життя складається з **восьми стадій**. Вона інтегрує розвиток і дозрівання людської особистості від народження до старості.

Перша стадія розвитку (орально - сенсорна)

На першій стадії розвитку (орально-сенсорній), яка відповідає періоду немовляти, виникає довіра чи недовіра до світу. За прогресивного розвитку особистості дитина "обирає" довірливе ставлення. Воно виявляється в легкому кормлінні, глибокому сні, ненапруженості внутрішніх органів, нормальній роботі кишечника. Любов матері і ніжність визначають "кількість" віри і надії, винесеної з першого життєвого досвіду дитини. У цей період дитина "вбирає" в себе образ матері і це є першою стадією формування ідентичності особистості.

Друга стадія розвитку (м'язево-анальна)

Друга стадія (м'язево-анальна) відповідає ранньому дитинству. У цей період різко зростають можливості дитини, вона починає ходити і відстоювати свою незалежність. Зростає почуття самостійності, але воно не повинне зруйнувати її

довіру до світу. Батьки допомагають їй це зберегти, обмежуючи бажання дитини вимагати, присвоювати, руйнувати, коли вона перевіряє свої сили. Вимоги і обмеження батьків водночас створюють основу для негативного почуття сорому і сумнівів. Дитина відчуває, що "очі світу" стежать за нею із осудом і намагається примусити світ не дивиться на неї або ж хоче стати невидимою. Але це неможливо, і в дитини з'являються "внутрішні осі світу" - сором за свої помилки, незручність, замурзані руки тощо. Якщо дорослі ставлять надто жорсткі вимоги, у дитини виникає страх "втратити обличчя", постійна настороженість, скутість, нетовариськість. Якщо прагнення дитини до незалежності не придушується, встановлюється співвідношення між здатністю до співробітництва з іншими людьми і наполяганням на своєму, між свободою самовияву та її розумним обмеженням.

Третя стадія (локомоторно-генітальна)

Третя стадія (локомоторно-генітальна) співпадає з дошкільним віком. Дитина активно пізнає навколишній світ, моделює у грі стосунки дорослих у побуті, на виробництві, в інших сферах життєдіяльності, швидко вчиться всьому, набуваючи нові права і обов'язки. До самостійності додається ініціатива. У випадку агресивної поведінки ініціатива обмежується, з'являються почуття провини і тривожності. Закладаються нові внутрішні інстанції совість і моральна відповідальність за свої дії, думки і бажання. Надмірне несхвалення, покарання за незначні вчинки і помилки викликають постійне відчуття своєї провини, страх перед покаранням за таємні думки, мстивість. Гальмується ініціатива, розвивається пасивність. На цій стадії відбувається статевая ідентифікація і дитина засвоює певну форму поведінки, характерну для чоловіка чи жінки.

Четверта стадія (латентна)

Четверта стадія (латентна) відповідає молодшому шкільному віку - передпубертатному періоду. Вона пов'язана з вихованням у дітей працелюбства, необхідністю оволодіння новими знаннями і вміннями. Засвоєння основ трудового та соціального досвіду дає змогу дитині одержати визнання оточуючих і набути почуття компетентності. Якщо ж досягнення незначні, вона переживає свою неумілість, нездатність, невідгідне становище серед однолітків і відчуває себе посередністю. Замість почуття компетентності виникає почуття неповноцінності. У цей період з'являється також професійна ідентифікація, відчуття власного зв'язку з представниками певних професій.

П'ята стадія розвитку

П'ята стадія розвитку особистості відноситься до підліткового та юнацького віку. Це період глибокої кризи. Дитинство закінчується і формується ідентичність. Вона об'єднує всі попередні ідентифікації дитини, до них додаються нові, оскільки дитина в міру дорослішання включається до нових соціальних груп і набуває інших уявлень про себе. Завдання самовизначення, вибору життєвого шляху розв'язується в юнацькому віці завдяки цілісній ідентичності особистості, довіри до світу, самостійності, ініціативності та компетентності. У випадку невдалої спроби усвідомити себе і своє місце у світі виникає дифузність ідентичності. Вона виявляється у бажанні якомога довше не вступати у доросле життя, у стійкому стані тривоги, почуті ізоляції і спустошеності, а також у ворожому неприйнятті соціальних ролей, бажаних для сім'ї та найближчого оточення юнака (чоловічої чи жіночої, національної,

професійної, класової тощо), у зневазі до вітчизняного і переоцінці закордонного та ін.

Шоста стадія розвитку

Рання зрілість (шоста стадія) пов'язана з виникненням проблеми близькості (інтимності). В цей період виявляється істинна сексуальність. Близькі стосунки з друзями чи коханими вимагають вірності, самопожертви і моральної сили. Прагнення близьких стосунків не повинне заглушуватися страхом втратити своє "Я". Це період створення сім'ї, що супроводжується любов'ю. Остання розуміється Е.Еріксоном в еротичному, романтичному і моральному смислах. У шлюбі любов виявляється в турботі, повазі і відповідальності за супутника життя. Нездатність любити, встановлювати близькі довірливі стосунки з іншими людьми, переважання поверхневих контактів призводить до ізоляції, почуття самотності.

Сьома стадія розвитку особистості

Сьома стадія розвитку особистості - зрілість або середній вік - надзвичайно тривала. Провідним стає ставлення людини до продуктів своєї праці і до своїх дітей, турбота про майбутнє людства. Людина прагне до продуктивності і творчості, до реалізації своїх можливостей передати щось наступному поколінню - власний досвід, ідеї, твори мистецтва тощо. Бажання зробити внесок у життя майбутніх поколінь є природним і воно реалізується, насамперед, у стосунках з дітьми. Зріла людина має потребу бути необхідною іншим. Якщо продуктивність не досягається, якщо немає потреби в турботі про інших людей, з'являється байдужість, зосередженість на собі, особисте життя знецінюється.

Остання стадія

Останньою стадією є пізня зрілість, яка виступає інтегративною: виникають плоди всіх семи попередніх стадій. Людина розуміє пройдений нею життєвий шлях і набуває цілісності особистості. Тільки тепер з'являється мудрість. Діти і творчі досягнення сприймаються як продовження себе і страх смерті зникає. Деякі люди не відчують цілісності власного "Я", незадоволені прожитим життям, вважають його ланцюгом помилок і нереалізованих можливостей. Неможливість щось змінити у минулому, почати життя спочатку дратує, власні недоліки і невдачі здаються наслідком несприятливих обставин, а наближення до останньої межі життя викликає відчай.

Кожна стадія може мати позитивний і негативний

результат. Розвиток особистості триває все життя. Кожна наступна стадія обумовлена розвитком попередньої; цей процес схожий з розвитком ембріона.

Людська особистість розвивається за встановленими стадіями. Розвиток особистості залежить від готовності людини спілкуватися і взаємодіяти з більш широким колом людей. Кожна стадія системно пов'язана з іншими і повинна проходити в заданій послідовності.

Кожна стадія характеризується особливою **психологічним кризою** і завданням розвитку. Це завдання має бути виконане, а криза успішно вирішена для освоєння наступної стадії.

Навички та здібності, необхідні для кожної стадії, розвиваються і перевіряються в період кризи. Цей процес дає можливість особистості розвивати нові відносини і навички. Після успішного розв'язання кризи у

людини розвиваються велика здатність судження, внутрішня цілісність і здатність діяти ефективно.

Модель Еріксона приділяє особливу увагу позитивним атрибутам і здібностям, що здобувається на кожній стадії. Ці здібності і сили вважаються вродженими і характеризуються відчуттям позитивної сили і потенціалу.

Кожна стадія - це *динамічна пропорція між двома полюсами, наприклад віри і недовіри*. Обидва полюси - крайності, золота середина знаходиться в проміжку між ними. Елементи кожного полюса динамічно присутні в здоровій особистості.

Концепція ідентичності зводить воєдино теорії когнітивної та его-психології. Деякі аспекти ідентичності включають в себе почуття індивідуальності, цілісності і тотожності, відчуття синтезу і цілісності і почуття соціальної солідарності. Розвиток і розквіт відчуття самості і призводить до відчуття ідентичності. Нестача нормального почуття ідентичності може викликати вороже ставлення до існуючих цінностей і суспільних цілей. Важкий підліток, що відчуває нездатність присвятити себе позитивній соціальній ролі, може вибрати замість неї негативну роль. Відчуття «я той, ким хочу бути сам» відіграє вирішальну роль у розвитку нормального почуття ідентичності.

8. Особистість у концепції Еріха Фромма.

Теорія, створена Еріхом Фроммом, привертає психологів в першу чергу тим, що в ній, як у жодній іншій, досконально описані соціальні детермінанти людської особистості. Фромм спробував об'єднати в своїх психологічних дослідженнях історію і економіку, беручи до уваги як класову структуру суспільства, так і біологічні фактори у розвитку людини. Критично поставившись до соціально-економічної теорії марксизму і фрейдівському психоаналізу, Фромм об'єднав у своїй теорії їх реальні досягнення. Його підхід, названий **«гуманістичним психоаналізом»** (humanistic psychoanalysis), припускає, *що основним джерелом страху, тривоги, почуття самотності та ізоляції є відрив людини від світу природної стихії*.

Гуманістичний психоаналіз розглядає людину скоріше з культурно-історичної, ніж з психологічної точки зору, і більше орієнтований на культуру в цілому, ніж на окрему особистість. Фромм був не тільки видатним теоретиком психології, а й публіцистом, психотерапевтом, філософом, знавцем Біблії, культурним антропологом, фахівцем з психобіографії.

Саме такий міждисциплінарний підхід дозволив Фромму сформулювати оригінальне положення про «людську дилему», засновану на ідеях еволюціонізму.

Коротенько принципи еволюціонізму зводяться до того, що коли в ході еволюції тваринного світу людські істоти відокремилися в окремий вид, вони втратили більшу частину тваринних інстинктів, але «досягли успіху в розумовому розвитку, який дозволив їм усвідомлювати себе, фантазувати, будувати плани і виносити судження» (Fromm, 1992, р. 5). Саме це поєднання ослаблених інстинктів, з одного боку, і високорозвинених розумових здібностей - з іншого, відрізняє людину від інших тварин.

Розглядаючи **людську особистість** як результат динамічної протидії між вродженими потребами і нормами соціуму, в якому існує конкретний індивід, Фромм сформулював **теорію типів соціальних характерів** - продуктивних і

непродуктивних.

Ще одна з ідей Фромма, що отримала, можливо, найбільш широке поширення, це розроблена ним концепція **ставлення людини до свободи**. Зліт капіталізму, з одного боку, дав людям особисту свободу і дозвілля, а з іншого - вселив у них почуття тривоги, ізоляції та безсилля. Ціна свободи, стверджував Фромм, перевищує її переваги. Неминуче почуття ізоляції, народжене капіталізмом, залишає людям всього дві альтернативи: сховатися від свободи в міжособистісній залежності або рухатися до самореалізації через любов, творчість і роботу.

Фромм починав свою кар'єру як психотерапевт, що застосовує техніку традиційного психоаналізу, але потім почав перейматися вузькими рамками фрейдівського підходу і рухатися в напрямку більш динамічного і провокативного методу. У своїй гуманістичній концепції Фромм дотримується «золотої середини» між вільною волею і визначеністю, оптимізмом і песимізмом, свідомістю і підсвідомими силами, унікальністю і схожістю. Його внесок у розуміння людської особистості на даному етапі розвитку суспільства воістину важко переоцінити. І не буде перебільшенням сказати, що тепер, до початку нового століття, ідеї Фромма в галузі наук про культуру (соціологія, психологія і т. п.) досягли максимально широкої аудиторії.

Основна теза Фромма такий, що в процесі еволюції люди втратили свою доісторичну єдність з природою і один з одним, в той же час розвинувши здатність мислення, передбачення і уяви. Поєднання нестачі тваринних інстинктів з надлишком раціонального мислення перетворило людину у своєрідну помилку природи. Самосвідомість породжує почуття самотності, ізоляції та неприкаяності. Щоб позбутися цих почуттів, людина прагне знову з'єднатися з природою і з собі подібними.

У цьому прагненні до об'єднання стимулюючими факторами виступають **чотири екзистенційні потреби**: у встановленні зв'язків (зближення з іншим через підпорядкування, владу або любов), у подоланні себе (здатність піднятися над своїм пасивним існуванням, створюючи або руйнуючи власне життя), в почутті вкоріненості (породжене почуттям стабільності світу, знову стало для людини рідним домом), в самоідентичності («Я - це Я, і ніхто інший»), в системі поглядів (розвиток послідовного, зваженого погляду на світ, що спирається на традицію). Фромм вважав, що результатом незадоволення будь-який з цих потреб стає психічне захворювання, тому ми прагнемо їх задовольнити більш-менш ефективними способами.

Потреба у встановленні зв'язків може бути задоволена через підпорядкування, владу або любов, але лише любов приносить справжнє задоволення. Потреба в подоланні задовольняється за допомогою руйнування або творення, однак радість приносить тільки останнє. Потреба в корінні може бути задоволена шляхом фіксації на матері або руху до самореалізації і цілісності. Потреба в самоідентичності - шляхом приналежності до якої-небудь групи або за допомогою творчого процесу до індивідуальності; і нарешті, потреба в системі цінностей може бути ірраціональною або раціональною, причому лише раціональна філософія є реальною базою для особистісного зростання.

Фромм розрізняв **одну продуктивну і чотири непродуктивні орієнтації особистості**. **Продуктивна орієнтація** формується на основі: любові, праці і

думки (мається на увазі думка як характеристика активної роботи свідомості). Поведінка психічно здорових людей являє собою співвідношення цих трьох іпостасей в тій чи іншій пропорції. Ключовою властивістю здорового індивіда є біофілія, тобто, любов до життя. Люди з **непродуктивною орієнтацією** розподіляються за чотирма типами: рецептивний, експлуативний, накопичувальний і ринковий.

Протилежністю біофілія є некрофілія, або потяг до смерті, руйнування, занепад. Некрофілія - одна з трьох характерних рис, що складають синдром занепаду, двома іншими є нарцисизм - надмірне захоплення собою і інцестуальний симбіоз - довічна прихильність людини до матері або тому, хто її замінює. Економічна та політична свобода, відвойована людиною в ході історичного розвитку, стала причиною багатьох бід, серед яких найбільш болісними для людини є непереборне відчуття ізоляції і відірваності від світу. Тягар свободи, яке звалилося людині на плечі, став причиною глобальної тривоги і відчуття самотності в цьому світі. Щоб позбутися цих почуттів, одні люди використовують **механізми уникнення** (mechanisms of escape) - авторитарність, деструктивність, підпорядкування. Іншим вдається досягти єдності зі світом і знайти справжню свободу, тобто, спонтанну поведінку здорової цілісної особистості. Фромм вважав, що люди йдуть до психотерапевтів в пошуках задоволення своїх першочергових людських потреб - у встановленні зв'язків, самовизначення, вкоріненості у світі, самоідентичності та системі цінностей.

9. Теорія особистості Гарі Стек Саллівана.

Великий американський психіатр Гаррі Стек Салліван стверджував, що людську особистість можна вивчити лише за допомогою наукового дослідження міжособистісних відносин. Він вважав, що наш особистісний розвиток відбувається тільки в соціумі і без інших людей ми були б позбавлені особистості. «**Особистість** не може бути ізольованою від комплексу міжособистісних відносин, в яких людина існує» (Sullivan, 1953a, p. 10).

Міжособистісна теорія (interpersonal theory) Саллівана підкреслює важливість різних етапів розвитку в житті людини: дитинства (infancy), дитинства (childhood), ювенільної ери (juvenile era), пред'юності (preadolescence), ранній юності (early adolescence), пізньої юності (late adolescence) і зрілості (adulthood). В основі здорового психічного розвитку людини лежить здатність встановлювати близькі стосунки з іншими людьми. На заваді задовільним міжособистісним відносинам може служити тривога (anxiety). Можливо, найбільш критичним періодом розвитку людини є отрочний період - час, коли діти вперше набувають здатність встановлювати близькі стосунки з іншими людьми, але ще не досягли віку, коли ці відносини ускладнюються сексуальним інтересом. Салліван вважав, що показником здорового розвитку служить здатність людини відчувати дружні почуття і сексуальний інтерес до одного й того ж особи. Гаррі Стек Салліван був першим американцем, який створив найбільш повну, вичерпну теорію особистості. Його ідеї про природу людської особистості з'явилися відображенням його власного життєвого досвіду і пережитої в дитинстві самотності, яка, власне, і допомогла створити теорію, що підкреслює важливість міжособистісних відносин. Незважаючи на те що мова і формулювання Саллівана досить складні, він

володів винятковою проникливістю і здатністю розуміти людей. Ці якості дозволили йому яскраво і виразно описати тривогу, міжособистісні стосунки і етапи психологічного розвитку людини.

Салліван розрізняв **два види переживань** - напруга і трансформація енергії. **Напруження**, або потенційні можливості дій, включають в себе напруги, пов'язані з потребами, і напруги, пов'язані з тривогою. **Трансформації енергії** мається на увазі перетворення енергетичного потенціалу в конкретні дії, спрямовані на задоволення потреб або зниження рівня тривоги. Тривога має великий вплив на міжособистісні стосунки і є головною причиною більшої частини психологічних страждань. Міжособистісні відносини також можуть породжувати тривогу або ж вести до психологічного росту, який знижує її рівень.

Першим етапом розвитку людської особистості є **дитинство** - період, що триває від народження до розвитку синтаксичної мови. У цей період основні міжособистісні відносини немовляти - стосунки з матір'ю, а головне джерело тривоги - процес годування. **Дитинство** (childhood) починається з розвитком синтаксичної мови і триває до 5-6-річного віку. На цьому етапі найважливішими міжособистісними відносинами для дітей є стосунки з матір'ю, хоча діти часто вигадують відносини і з уявними товаришами. Ці вигадані відносини можуть мати позитивний і тривалий ефект в процесі подальшого розвитку дитини. Третій етап розвитку - **ювенільна ера**, яка обмежується першими трьома шкільними роками. У цей період діти вчаться суперництву, компромісу і взаємодопомоги - навичкам, які дозволять їм успішно пройти більш пізні етапи розвитку. Найбільшою критичною стадією розвитку є **пред'юний період**, оскільки помилки, допущені на цьому етапі, дуже важко виправити в подальшому. Протягом пред'юнного періоду дитина отримує навички близькості, звичайно з людиною одного і того ж віку і статі. Ці тісні міжособистісні відносини ще не ускладнені сексуальним потягом і тому дозволяють людині надалі ставитися до осіб протилежної статі по-людськи, мати з ними людську близькість, а не тільки сексуальну. У міру того як молоді люди досягають **ранньої юності**, у них з'являється сексуальний інтерес, викликаний віковими змінами в організмі. Якщо протягом пред'юнного періоду вони навчилися будувати близькі стосунки з особами своєї статі, то вони будуть здатні підтримувати не тільки ці одностатеві відносини, а й будувати нові, але вже з молодими людьми протилежної статі і на основі сексуального потягу. Люди досягають **пізньої юності**, коли вони стають здатними будувати близькі стосунки з сексуально привабливим для них людиною. На жаль, не всі люди досягають цієї стадії розвитку. Деякі люди так на все життя і залишаються нездатними любити людину, до якого вони відчують сильний сексуальний потяг. Період пізньої юності досягає свого піку в зрілості - стадії, яка характеризується наявністю стійких любовних взаємин.

Рекомендована література:**Основна:**

1. Москалець В.П. Психологія особистості: курс лекцій. – Івано-Франківськ: ЗАТ «Надвірнянська друкарня», 2010. – 160 с.
2. Москалець В.П. Психологія особистості: навчальний посібник. – Центр учбової літератури (ЦУЛ), 2013. – 262 с.
3. Столяренко О.Б. Психологія особистості : навч. Посібник. – Київ: Центр учб. літ., 2018. – 279 с.

Допоміжна:

1. 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/>

ТЕМА 3. УЯВЛЕННЯ ПРО РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ В ТЕОРІЯХ

1. Теорія оперантного навчання Берреса Федеріка Скінера. Основні принципи теорії.
2. Особливості респондентної поведінки. Особливості оперантної поведінки.
3. Характеристика первинного та вторинного підкріплення.
4. Покарання й негативне підкріплення.

Всі теоретики, чії точки зору ми вже розглянули, цікавилися тим, що відбувається всередині людини, внутрішніми структурами і процесами, що лежать в основі спостережуваних форм поведінки. Будь то несвідомі психічні процеси і конфлікти, описані Фрейдом, архетипи, постульовані Юнгом, або супермежі, встановлені Айзенком, увага концентрувалася на стані «всередині людини». Але рівним чином значущим є й той факт, що досвід відповідає за багато чого в нашій поведінці. Через научіння ми отримуємо знання, опановуємо мовою, формуємо відносини, цінності, страхи, особистісні риси і самооцінку. Якщо особистість є результатом навчання, то, мабуть, нам важливо знати, що таке научіння і як воно відбувається. Саме підходу до особистості з позиції навчання й присвячена ця лекція.

Особистість, з погляду навчання, - *це той досвід, який людина набула протягом життя*. Це накопичений набір вивчених моделей поведінки. Навчаючий-біхевіористичний напрямок займається відкритими (доступними безпосередньому спостереженню) діями людини. Роботи Скіннера найбільш переконливо доводять, що вплив навколишнього середовища визначає нашу поведінку. Робота Скіннера послужила фундаментом для науки про поведінку, яка не має аналогів в історії психології. На думку багатьох, він є одним з найбільш вельмишановних психологів нашого часу.

Теорія оперантного навчання Берреса Федеріка Скінера

Скіннер заперечував усі уявлення про те, що люди автономні і їх поведінку визначено передбачуваніс існуванням внутрішніх факторів (наприклад, неусвідомлених імпульсів, архетипів, рис особистості). Такі уможлидні концепції, помічав він, продовжують існувати, тому що ігноруються умови оточення, які управляють поведінкою.

Теорія Скіннера не чинить спроб ставити питання або міркувати про процеси внутрішнього стану людини. Це вважається непридатним до наукового пояснення поведінки. Для того, щоб уникнути зауваження, що опис є пояснення, Скіннер стверджував, що людський організм - це «чорний ящик», чий вміст (мотиви, потяги, конфлікти, емоції і так далі) слід виключити зі сфери емпіричного дослідження.

Однак Скіннер відкидав категорично вивчення внутрішніх явищ або того, що іноді називають «вищими психічними процесами». Дійсно, він вважав, що психологи повинні давати адекватні пояснення приватним явищам, але необхідно, щоб ці досліджувані явища можна було надійно і об'єктивно виміряти.

Погляд Скіннера на психологію можна підсумувати його заявою, в якій він цитує Павлова: «Керуйте вашими обставинами, і ви побачите закономірності».

Дотримуючись біхевіористичного підходу, Скіннер відстоював

функціональний аналіз поведінки організму. Такий аналіз встановлює точні, реальні і зумовлені взаємини між відкритою поведінкою (реакцією) організму і умовами навколишнього середовища (стимулами), контролюючими їх.

Відштовхуючись від теорії І.П. Павлова про безумовний і умовний рефлекс, Скіннер запропонував теорію оперантного навчання. Відповідно до цієї концепції організм набуває нових реакцій завдяки підкріпленню. Залежно від того, чи є дане підкріплення позитивним чи негативним, поведінковий акт або повторюється, утворюючи певну тенденцію, або уникається, або йому не надається значення. Скіннер запропонував чотири режими підкріплення, що мають різні **форми реагування**: з постійним співвідношенням; постійним інтервалом; з варіативним ставленням; варіативним інтервалом.

На основі концепції оперантного навчання Б. Ф. Скіннер запропонував програму модифікації поведінки для психіатричних клінік, шкіл, соціальних служб, виправних установ. Програма модифікації поведінки заснована на використанні позитивного підкріплення з метою контролю, зміни особистості або групи.

Особистість з точки зору біхевіористичного напрямку

Скіннер не прийняв ідею про особу або самість, яка стимулює і направляє поведінку. *Скіннерський радикальний біхевіоризм робив наголос на інтенсивний аналіз характерних особливостей минулого досвіду людини і унікальних вроджених здібностей.* За Скіннером, вивчення особистості включає в себе знаходження своєрідного характеру взаємовідносин між поведінкою організму і результатами, які її підкріплюють. Вивчати ж передбачувані властивості і вплив якихось гіпотетичних структур всередині людини - тільки гаяти час.

Респондентна і оперантна поведінка.

При розгляді скіннеровського підходу до особистості слід розрізняти **два різновиди поведінки**: респондентну і оперантну.

Респондентна поведінка – це характерна реакція, що викликається відомим стимулом, який завжди передуює реакції в часі. Добре знайомі приклади - це звуження або розширення зіниці у відповідь на світлову стимуляцію, сіпання коліна при ударі молоточком по колінному сухожиллю і тремтіння при холоді. Це рефлекторні реакції. Однак респондентна поведінка може й навчити. Наприклад, актриса, яка дуже потіє і в якій «смокче під ложечкою» від страху перед виходом на публіку, можливо, демонструє респондентну поведінку.

Оперантна поведінка визначається подіями, які слідує за реакцією. Тобто за поведінкою йде слідство, і природа цього слідства змінює тенденцію організму повторювати дану поведінку в майбутньому. Наприклад, катання на роликовій дошці, гра на фортепіано, метання дротиків і написання власного імені - це зразки оперантної реакції, або операнти, контрольовані результатами, наступними за відповідною поведінкою. Це довільні придбані реакції, для яких не існує стимулу, а також які піддаються розпізнаванню. Скіннер розумів, що сенсу розмірковувати про походження оперантної поведінки не має, оскільки нам невідомі стимул чи внутрішня причина, відповідальна за її появи. Воно відбувається спонтанно.

Якщо наслідки сприятливі для організму, тоді ймовірність повторення операнти в майбутньому посилюється. Коли це відбувається, кажуть, що наслідки підкріплюються, і оперантні реакції, отримані в результаті

підкріплення вже визначилися.

І навпаки, якщо наслідки реакції не сприятливі і не підкріплені, тоді ймовірність отримати операнту зменшується. Наприклад, ви скоро перестанете посміхатися людині, яка у відповідь на вашу посмішку вона завжди кидає на вас сердитий погляд чи взагалі ніколи не посміхається. Скіннер вважав, що, оперантна поведінка контролюється негативними наслідками. За визначенням, негативні, або аверсивні наслідки послаблюють поведінку, і підсилюють поведінку, що усуває їх. Якщо людина постійно похмура, то ви, ймовірно, спробуєте зовсім уникати її.

Характеристика первинного та вторинно підкріплення.

Теоретики, що займаються навчанням, визнавали два типи підкріплення - первинне і вторинне. **Первинне підкріплення** - це будь-яка подія або об'єкт, які самі по собі володіють підкріплювальними властивостями. Первинні підкріплюють стимули для людей - це їжа, вода, фізичний комфорт і секс. Їх ціннісне значення для організму не залежить від навчання. **Вторинне, чи умовне підкріплення**, з іншого боку, - це будь-яка подія або об'єкт, які набувають властивість здійснювати підкріплення за допомогою тісної асоціації з первинним підкріпленням, обумовленим минулим досвідом організму. Прикладами загальних вторинних підкріплюють стимулів у людей є гроші, увага, прихильності та добрі оцінки.

Покарання й негативне підкріплення. З точки зору Скіннера, в основному поведінка людини контролюється аверсивними (неприємними чи больовими) стимулами. Два найбільш типових методи аверсивного контролю - це покарання і негативне підкріплення. Ці терміни часто використовуються як синоніми для опису концептуальних властивостей і поведінкових ефектів аверсивного контролю. Скіннер запропонував таке визначення: «Ви можете розрізняти покарання, при якому відбувається аверсивна подія, і негативне підкріплення, в якому підкріпленням є усунення аверсивного стимулу, умовного або безумовного».

Покарання. Термін покарання відноситься до будь-якого аверсивного стимулу чи явища, яке слід або яке залежить від появи якоїсь оперантної реакції. Покарання зменшує, принаймні тимчасово, ймовірність того, що реакція повториться. Передбачувана мета покарання - спонукати людей не поводитися даним чином. Скіннер зауважив, що це найбільш загальний метод контролю поведінки в сучасному житті. За Скіннером, покарання може бути здійснено двома різними способами, які він називає позитивне покарання і негативне покарання.

Позитивне і негативне підкріплення і покарання

	Позитивне	Негативне
Підкріплення	Пред'явлення позитивного стимула	Видалення аверсивного стимула
Покарання	Пред'явлення аверсивного стимула	Видалення позитивного стимула

Негативне підкріплення. На відміну від покарання, негативне підкріплення - це процес, в якому організм обмежує аверсивний стимул чи

уникає його. Будь-яка поведінка, яка перешкоджає аверсивному стану справ, таким чином частіше повторюється і є негативно підкріпленою. Як підкріплення, так і покарання можуть виконуватися двома способами, це залежить від того, що слідує за реакцією: пред'явлення або усунення приємного або неприємного стимулу. Зверніть увагу на те, що підкріплення посилює реакцію; покарання - послаблює її.

Загальні висновки по лекції. Ми закінчили короткий огляд біхевіорального напрямку Скіннера. Як ми побачили, Скіннер не рахував необхідним розглядати внутрішні сили чи мотиваційні стани людини як причинного фактора поведінки. Швидше він зосереджувався на взаєминах між певними явищами оточення і відкритою поведінкою. Далі, він дотримувався думки, що особистість - це не що інше як певні форми поведінки, які купуються у вигляді оперантного навчання. Скіннер мав глибокий вплив на наші уявлення про проблеми навчання людини.

Рекомендована література:

Основна:

1. Москалець В.П. Психологія особистості: курс лекцій. – Івано-Франківськ: ЗАТ «Надвірнянська друкарня», 2010. – 160 с.

Допоміжна:

1. 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/>

ТЕМА 4. УЯВЛЕННЯ ПРО РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ В КОГНІТИВНІЙ ПСИХОЛОГІЇ

План

1. Загальна характеристика когнітивного підходу до особистості.
2. Теорія особистості Джорджа Келлі.
3. Поняття особистісного конструкту. Типи та якості особистісних конструктів.
4. Тест репертуарних решіток як метод дослідження особистості.

1. Загальна характеристика когнітивного підходу до особистості

У когнітивній психології **психіка** розглядається як *система когнітивних реакцій і простежується зв'язок цих реакцій не лише із зовнішніми стимул-реакціями, але і з внутрішніми змінними*, наприклад, з самосвідомістю, когнітивними стратегіями, селективністю уваги тощо. **Головним принципом**, на підставі якого розглядається когнітивна система людини, є аналогія з комп'ютером, тобто, психіка трактується як система, призначена для переробки інформації. Водночас, прихильники когнітивного підходу стверджують, що **людина** - не машина, яка сліпо реагує на внутрішні фактори чи на події зовнішнього світу.

Когнітивна психологія не є варіантом концептуального бачення особистості. В когнітивній психології розробляють різноманітні підходи, спільним для яких є спрямованість на вивчення процесів пізнання та інтелекту. Когнітивна психологія підкреслює вплив інтелектуальних процесів на функціонування особистості, але не працює над створенням теорії особистості. Когнітивні психологи вивчають принципи організації пізнавальних процесів та відмінності в тому, як люди сприймають, осмислюють й організовують свій досвід, оцінюють його та користуються ним. Особистість при цьому цікавить їх не сама по собі, а як пояснювальний принцип.

Серед теорій, що описують інтелектуальний розвиток, найбільш впливовою в сучасній когнітивній психології є **теорія Жана Піаже**. Хоча останнім часом виникло багато альтернативних концепцій, теорія Піаже є своєрідним відправним пунктом для орієнтації у складному процесі розвитку мислення в онтогенезі. У концепції Піаже широко застосовуються поняття логіки і математики, а інтелектуальний розвиток подано у вигляді вчення про розвиток логічного мислення у дітей від народження до раннього юнацького віку.

У когнітивній психології немає завершеної теорії особистості. Модель особистості, яку пропонував **Дж. Келлі** (один із засновників цього напрямку) у своїй теорії особистісних конструктів, презентує людину як мислителя.

Представники когнітивного напрямку вважають, що неправильна поведінка людини викликана перш за все ірраціональними думками. У задачу терапевта входить вивчити мислительні процеси пацієнта і довести до його свідомості ірраціональні моменти його думки.

Якщо людина буде більш об'єктивно сприймати події, це призведе до пошуку нових форм поведінки, тобто модифікація думки призведе до модифікації поведінки.

2. Теорія особистості Джорджа Келлі. (1905-1967)/

Когнітивний напрямок підкреслює вплив інтелектуальних, або розумових, процесів на поведінку людини. Джордж Келлі вважав, що будь-яка **людина** - це своєрідний дослідник, який прагне зрозуміти, інтерпретувати, передбачати і контролювати світ своїх особистих переживань, що робить висновок на основі свого минулого досвіду і будує припущення про майбутнє. І хоча об'єктивна реальність існує, люди усвідомлюють її по-різному, оскільки будь-яку подію можна розглядати з різних сторін.

Будь-яка людина висуває гіпотези щодо реальності, за допомогою яких намагається передбачати події життя і контролювати їх, передбачати майбутнє і будувати плани, засновані на очікуваних результатах. Точка зору людини на життя минула, вона рідко буває сьогодні такою ж, якою була вчора чи виявиться завтра. Люди здатні активно формувати уявлення про своє оточення, а не просто пасивно реагувати на нього. Келлі вважав, що вони сприймають свій світ за допомогою чітких систем, або моделей, так званих **конструктами**.

3. Поняття особистісного конструкту. Типи та якості особистісних конструктів.

Особистісний конструкт - це ідея чи думка, що використовуються людиною, щоб усвідомити або інтерпретувати, пояснити або передбачити свій досвід. Він являє собою стійкий спосіб, за допомогою якого людина осмислює якісь аспекти дійсності з позиції схожості або контрасту.

Саме когнітивний процес спостереження й відмінностей між об'єктами, подіями призводить до формування особистісних конструктів. Для цього необхідні **три елементи** (явища або предмета): два з них повинні бути

схожими один на одного, а третій - відрізнитися від цих двох. Тому всі особистісні конструкти біполярні і дихотомічні, мислення людини усвідомлює життєвий досвід як чорний або білий, без відтінків сірого.

Всі конструкти мають **два протилежних полюси**: схожість відображає те, в чому близькі два предмети, а контраст показує, в чому вони протилежні третьому елементу. Прикладами таких конструктів можуть бути «розумний - дурний», «хороший - поганий», «чоловічий - жіночий», «дружній - ворожий» і т. п.

Кожен з нас сприймає дійсність завдяки власним моделям, або конструктам, необхідним для створення несуперечливої картини світу. Якщо ця модель допомагає точно прогнозувати події, людина, ймовірно, збереже її. І навпаки, якщо прогноз не підтвердиться, конструкт, на підставі якого він був зроблений, швидше за все, піддається перегляду або навіть взагалі може бути виключений. Валідність його перевіряється як прогностична ефективність, ступінь якої може змінюватися.

Кожна людина володіє унікальною системою подібних конструктів (особистість), яку він використовує для інтерпретації життєвого досвіду. Люди відрізняються один від одного тим, як вони пояснюють події. Дві людини, будь вони навіть ідентичними близнюками або мають схожі погляди, по-різному інтерпретують події. Кожна людина розуміє дійсність з «дзвіниці» свого унікального особистісного конструкту.

Особистість і розуміється як організована система більш-менш важливих конструктів, які використовуються для того, щоб інтерпретувати світ переживань і передбачати майбутні події.

Психічні розлади - це особистісний конструкт, який зазвичай повторюється, незважаючи на очевидну його неповноцінність. У цьому випадку проявляється непридатність системи конструктів для досягнення цілей людини, яка не може прогнозувати події, зазнає невдачі в пізнанні світу і його оволодінні.

Келлі бачив завдання психотерапії в тому, щоб допомогти людям змінити цю систему, поліпшити її прогностичну ефективність, сприяти клієнту в розвитку і апробуванні нових гіпотез і конструктів, зробити доступними факти, що дозволяють перевірити висунуті гіпотези, сформувати або реорганізувати систему в більш прогностично ефективну. Тоді людина зможе усвідомити і проінтерпретувати і ситуації, і себе інакше і сам знайде більшу ефективність.

Люди розрізняються за змістом і кількістю доступних їм конструктів, за складністю організації системи конструктів і тим, наскільки ці системи відкриті змінам. Джордж Келлі виділяє **два типи особистостей**: когнітивно складна (особистість, у якої є велика кількість конструктів) і когнітивно проста (з невеликою кількістю конструктів).

Когнітивно прості особистості розглядають інших людей та довколишній світ, базуючись на невеликій кількості конструктів. Когнітивно прості люди мають усталені погляди щодо інших людей, ігнорують

інформацію, яка суперечить їхнім уявленням. Вони прості в спілкуванні, володіють бідним репертуаром соціальних ролей. Когнітивно прості суб'єкти не помічають відмінностей між собою та іншими людьми, вони прагнуть знайти підтвердження тому, що інші схожі на них, їхні соціальні прогнози неефективні.

Когнітивно складними вважають тих людей, які використовують достатньо складну і диференційовану систему конструктів. Вони чітко розрізняють себе та інших, розглядають людей у багатьох ракурсах, їхні уявлення про інших складні та диференційовані, вони помічають тонкі нюанси поведінки інших людей, не ігнорують різноманітні суперечності, їхні соціальні прогнози значно надійніші.

Когнітивно складна особистість, у порівнянні з когнітивно простою, відрізняється наступними характеристиками: 1) має краще психічне здоров'я; 2) краще справляється зі стресом; 3) має вищий рівень самооцінки; 4) більш адаптивна до нових ситуацій.

Згідно теорії особистісних конструктів, двоє людей схожі одне на одного настільки, наскільки схожі їх системи конструктів. Більшість людей шукають друзів і коханих серед тих, чия когнітивна складність відповідає їхнім власним показникам. З віком люди стають більш когнітивно складними, і, відповідно, з віком ускладнюється і Я-концепція особистості. **Когнітивна складність** - бажана адаптивна риса, однак вона не є єдиним критерієм адаптивної конструктивної системи. Здоровий розвиток особистості спирається на інтеграцію різноманітних конструктів.

Келлі заклав міцний гуманістичний фундамент своєю працею, прийнявши *центральним положенням те, що люди здатні до постійного самооновлення*. Оскільки люди конструюють зміст свого життя ще на ранніх етапах індивідуального розвитку, пізніше вони часто не усвідомлюють, що існує багато способів змінити себе і своє ставлення до світу. Для сприймання реальності органічно властива гнучкість. У ній є місце для пошуку, творчості й відновлення. У будь-якому віці люди можуть реконструювати сприймання реальності. Фактично, теорія особистісних конструктів є психологією розуміння розмаїття поглядів особистості - розуміння, завдяки якому можна допомогти людині розв'язати її проблеми.

4. Тест репертуарних решіток як метод дослідження особистості

Тест репертуарних решіток Дж. Келлі широко використовується в практиці консультування. Він спрямований на аналіз сформованої системи конструктів особистості, системи цінностей, особистісних смислів і т.п. Респондентам пропонуються різні категорії для порівняння, які в термінології Келлі називаються елементами. За Келлі, підбір елементів не настільки важливий для визначення системи конструктів, як процедура їх виявлення, оскільки порівняння будь-яких феноменів може дати можливість виявити конструктивну систему особистості. Тим не менш, він повинен бути адекватний завданню дослідження і відображати суб'єктивну картину світу особистості, яка виступає предметом аналізу.

Елементи для порівняння звичайно пред'являються у вигляді тріад. У цьому випадку, клієнт повинен вибрати два близьких, на його думку, елементів і сказати, чим вони схожі і чим відрізняються від третього. В результаті цього виявлялися суб'єктивні ознаки сприйняття ідентифікаційних характеристик. Процедура порівняння повторюється кілька разів (5-10). Загальні якості фіксуються в таблиці в графі "Виявлені ознаки", які в подальшому піддаються статистичній обробці.

Загальні висновки.

Когнітивний напрямок підкреслює вплив інтелектуальних, або розумових, процесів на поведінку людини. Джордж Келлі вважав, що будь-яка людина - це своєрідний дослідник, який прагне зрозуміти, інтерпретувати, передбачати і контролювати світ своїх особистих переживань, що робить висновок на основі свого минулого досвіду і будує припущення про майбутнє. Особистість розуміється як організована система більш-менш важливих конструктів, які використовуються для того, щоб інтерпретувати світ переживань і передбачати майбутні події.

Рекомендована література:

Основна:

1. Москалець В.П. Психологія особистості: навчальний посібник. – Центр учбової літератури (ЦУЛ), 2013. – 262 с.

Допоміжна:

1. 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/>

ТЕМА 5. ДИСПОЗИЦІЙНІ ТЕОРІЇ ОСОБИСТОСТІ

ПЛАН

1. Загальна характеристика диспозиційного напрямку в теорії особистості.
2. Диспозиційна теорія особистості Гордона Олпорта.
3. Теорія типів особистості Ганса Айзенка.
4. Структурна теорія рис особистості Реймонда Кеттела.

1. Загальна характеристика диспозиційного напрямку у психології особистості

Назва диспозиційного напрямку походить від англійського слова *disposition* – готовність, схильність суб'єкта до поведінкового акту, дії, вчинку, їх послідовності.

Теоретичну його основу вибудовують дві основні ідеї.

Перша полягає в тому, що люди демонструють певну стабільність у своїх вчинках, думках і емоціях, незалежно від перебігу часу, подій і життєвого досвіду. Друга основна ідея диспозиційного напрямку пов'язана з тією обставиною, що немає двох людей, повністю схожих між собою.

Гордон Олпорт, Ганс Айзенк, Раймонд Кеттел - цих психологів об'єднують як представників диспозиційного напрямку у вивченні особистості. Диспозиційні психологи погоджувались у тому, що закономірною властивістю особистості є демонстрація певної постійності вчинків, думок, почуттів незалежно від плину часу, подій та життєвого досвіду. Суть особистості визначається тими її схильностями, які є її невід'ємним атрибутом і які вона проносить через усе життя. На думку диспозиційних психологів, найсуттєвіші властивості особистості пояснюються такою психологічною реальністю, як риси.

Риси - це фундаментальні одиниці особистості, кожна з яких є узагальненою схильністю діяти певним чином у відповідній типовій ситуації. Разом з тим, представники цього напрямку по-різному визначають кількість та сутність базових параметрів, необхідних для адекватного опису особистості.

Зокрема, Гордон Олпорт підкреслював унікальність кожної особистості і її конкретних рис. Вчений також приділяє увагу питанню, яким чином на поведінку людини впливають когнітивні і мотиваційні процеси. Теорія Олпорта є поєднанням гуманістичних та індивідуальних підходів до вивчення людської поведінки. Так, гуманістичною є спроба вченого виявити потенціал особистісного зростання і самореалізації особистості. Індивідуальний підхід відбивається в прагненні Олпорта зрозуміти і передбачити розвиток реальної, конкретної особистості. Олпорт переконаний у тому, що поведінка людини завжди є результатом тієї або іншої конфігурації особистісних рис

Ганс Айзенк і Раймонд Кеттел, використовуючи складну психометричну техніку **факторного аналізу**, намагалися показати, як базисна структура рис особистості впливає на поведінкові реакції індивіда. Для Айзенка в особистості надзвичайно важливі три основні параметри: інтроверсія - екстраверсія, стабільність-нейротизм, психотизм - сила суперєго. Кеттел, на відміну від Айзенка, стверджує, що структуру особистості визначають принаймні 16 основних рис. Він вважає також, що для прогнозування поведінки можна виводити рівняння, ґрунтуючись на точних вимірах особистісних особливостей. Слід зазначити, що далеко не всі психологи погоджуються щодо

стабільності особистості. Опоненти цього підходу доводять, що поведінка людини з перебігом часу і у різних обставинах зберігає лише незначну постійність особистісних проявів.

2. Диспозиційна теорія особистості Гордона Олпорта

Гордон Олпорт (1887-1967) вважав особистість відкритою системою, розвиток якої здійснюється у взаємозв'язку з іншими людьми. Він виходив з того, що людина перш за все соціальна, а не біологічна істота і тому не може розвиватися без контактів з довколишніми людьми, з суспільством. Звідси його різке неприйняття положення психоаналізу про антагоністичні, ворожі стосунки між особистістю і суспільством. Олпорт вважав, що взаємини особистості з суспільством є не прагненням до адаптації, а взаємодією.

Особистість, за його визначенням, - *це динамічна організація особливих мотиваційних систем, звичок, установок і особистісних рис індивіда, які визначають унікальність його взаємодії з середовищем, передусім соціальним.* Однак, у цих стосунках немає рівноваги між довкіллям і людиною. Людина повинна весь час встановлювати нові стосунки і розвивати наявні. Отже, постійний розвиток особистості є основною формою її існування.

Олпорт стверджував, що кожна людина є неповторною і індивідуальною, оскільки вона є носієм своєрідного поєднання якостей, потреб, які він називав рисами. Особистісна риса - це готовність (диспозиція) поводитися схожим чином у різних ситуаціях. Особистісні риси визначають схожість поведінки індивіда, незважаючи на плин часу та зміну ситуацій. Зокрема, риса товарищескості означає, що людина буде спілкуватися зі знайомими і незнайомими людьми, на роботі і в колі друзів, її сприйматимуть такою друзі дитинства і співробітники. Відповідальність означає, що індивід буде звітувати перед іншими - і у власній родині, і на роботі, і серед пасажирів транспорту.

Риси особистості Олпорт поділяв на *основні та інструментальні*. **Основні риси** стимулюють поведінку і є природженими, генотипічними, а **інструментальні** - формуються в процесі життя людини, тобто є фенотипічним утворенням. Основні риси гармонійно пов'язані з інструментальними, що їй сприяє формуванню особистості. Сукупність цих рис і складає ядро особистості, надає їй унікальності й неповторності. Хоча основні риси й природжені, вони можуть видозмінюватися, розвиватися протягом життя, в процесі спілкування людини з іншими людьми. Суспільство стимулює розвиток одних рис особистості і гальмує розвиток інших.

У подальших працях Олпорта риси отримали назву диспозицій, серед яких він виділив три типи: кардинальні, центральні й вторинні. Кардинальною диспозицією володіє досить небагато людей. Ця генералізована диспозиція так впливає на поведінку, що майже всі вчинки людини можна звести до її впливу. Особистостями з такою диспозицією є Дон Жуан, Жанна д'Арк, Альберт Швейцер. Центральні диспозиції є блоками індивідуальності і такими тенденціями у поведінці людини, які легко помітити (пунктуальність, уважність, відповідальність). Вторинні диспозиції - менш помітні, менш стійкі, менш узагальнені риси (манера одягатися, улюблені страви, ситуаційно обумовлені характеристики).

Особистість не є сукупністю розрізнених диспозицій, вона передбачає єдність, інтеграцію всіх структурних елементів індивідуальності. Існує деякий принцип поєднання всіх диспозицій в єдине ціле, який Олпорт пропонує

називати пропріумом. **Пропріум** - це певна організуюча і об'єднуюча сила, призначення якої - формування унікальності людського життя. **Стадії розвитку пропріуму:**

- відчуття свого тіла, яке залишається впродовж усього життя опорою для самоусвідомлення;
- відчуття самоідентичності, важливим моментом якої виступає усвідомлення себе за допомогою мовлення як певної *особи*, поява відчуття цілісності "Я", пов'язаного з власним іменем;
- відчуття самоповаги як відчуття гордості з приводу того, що деякі дії вже виконуються самостійно. Це найважливіше джерело підвищення самооцінки впродовж всього дитинства;
- розвиток самосвідомості, що виникає, коли діти усвідомлюють, що їм належить не лише їх фізичне тіло, але й певні значущі елементи зовнішнього світу, включаючи людей;
- образ "Я", коли дитина починає орієнтуватися на очікування значущих близьких, уявляючи собі, що таке "Я хороший" і "Я поганий";
- раціональне управління собою, що є стадією розвитку конформізму, моральної і соціальної слухняності, коли дитина вчиться раціонально вирішувати життєві проблеми, догматично вважаючи, що сім'я і релігія завжди мають рацію;
- пропріативне прагнення - формування перспективних життєвих цілей, поява сенсу життя. Відповідно до теорії Олпорта, основною суттю людини є її відповідь на питання: "Що ти хочеш робити через п'ять років?". На думку вченого, особистість вільна від минулого - зв'язки з минулим історичні, а не функціональні.

Дозрівання людини - це безперервний процес становлення, ще продовжується все життя. Поведінка зрілих суб'єктів, на відміну від суб'єктів невротичних, функціонально автономна і мотивована усвідомленими процесами. **Зрілій особистості**, вважає Г. Олпорт, властиві такі риси, як активна позиція відносно дійсності; усвідомлення досвіду, тобто здатність бачити події власного життя такими, якими вони є, не застосовуючи "психологічного захисту"; самопізнання; здатність до абстракції; постійний процес індивідуалізації; функціональна автономія рис; стійкість до фрустрації. Невротичну особистість, за Г. Олпортом, характеризує наявність таких рис, як пасивна позиція щодо світу; застосування різних видів психологічного захисту; обмеженість мислення.

3. Теорія типів особистості Ганса Айзенка

Англійський учений Ганс Айзенк (1916-1997) увійшов до історії психології як творець *чотирирівневої ієрархічної моделі людської особистості*. Як і Кеттелл, Айзенк користувався для своєї теорії математичним апаратом **факторного аналізу**, однак його підхід відрізнявся від підходу Кеттелла. По-перше, він застосовував гіпотетико-дедуктивний метод обробки матеріалу, перед тим як використовувати факторний аналіз. По-друге, вчений вважав факторний аналіз лише одним із способів знаходження відповіді на найважливіші питання, які стосуються теорії особистості. По-третє, він виокремлював не риси, а лише три біполярних суперфактори: екстраверсія - інтроверсія, нейротизм - стабільність, психотизм - суперего. **Екстраверсія** характеризується товариськістю й імпульсивністю; **інтроверсія** - пасивністю і замисленістю;

нейротизм - тривожністю і звичками; **стабільність** - відсутністю таких; **психотизм** - антосоціальною поведінкою; а **суперого** - схильністю до співпереживання і співпраці.

Айзенк був глибоко переконаний у тому, що риси особистості й типи визначаються насамперед спадковістю. Відповідно до його теорії, вплив навколишнього середовища практично не важливий для формування особистості. На його думку, генетичні фактори набагато більше впливають на подальшу поведінку, ніж дитячі враження.

Айзенк сформулював концепцію ієрархічної чотирирівневої моделі людської особистості. Нижній рівень - **специфічні дії або думки**, індивідуальний спосіб поведінки або думки, які можуть бути, а можуть і не бути характеристиками особистості. Другий рівень звичні дії або думки, які за певних умов повторюються. Третій рівень - **риса особистості**, а четвертий, вищий рівень організації поведінки, - це рівень типів, або **суперфакторів**.

Айзенк провів детальне емпіричне дослідження психологічних особливостей екстравертів та інтровертів і в світлі його даних можна змалювати їх психологічні портрети.

Екстраверти відкриті, привітні, легко налагоджують контакти з людьми, мають багато знайомих і друзів. Екстраверти постійно прагнуть нових яскравих вражень і відчуттів, зазвичай проявляють безтурботність та легко відволікаються від життєвих проблем. Екстраверти активні, рішучі, говорять і діють швидко, не задумуючись. Екстраверти полюбують зміни, вони безтурботні й оптимістичні.

Для них властиво діяти, а не віддаватися роздумам, вони проявляють нестриманість, можуть поводитися агресивно.

Інтроверти уникають надто сильних вражень, контролюють свої почуття, прагнуть спокійного впорядкованого життя. Вони прагнуть до ситуацій, які добре знають, уникають надто різких змін, несподіванок. Інтроверти люблять роботу, яка вимагає від них тривалої уваги та зосередженості, їм нелегко відволікатися від своїх занять та справ. Довго роздумують перед тим, як щось зробити, сказати. Рухаються неквапливо, рухи сповільнені. Обережні, ризик їм недовподоби.

Айзенк доклав надзвичайно багато зусиль, щоб з'ясувати, які суттєві відмінності поведінки визначаються параметром екстраверсія-інтроверсія.

Вчений визначив такі відмінності між екстравертами та інтровертами:

1. Екстраверти досягають рівня оптимального функціонування в збуджуючих ситуаціях. Інтроверти досягають рівня оптимального функціонування за відсутності сильної стимуляції

2. Ймовірність успішності в навчанні для інтровертів вища.

3. Екстраверти почуваються бадьорішими ввечері, а інтроверти - зранку. Екстраверти краще працюють у другій половині дня, а інтроверти - в першій.

4. Інтроверти більш терплячі до болю, ніж екстраверти, вони швидше втомлюються, збудження перешкоджає їхній діяльності. Інтроверти в роботі більше орієнтовані на точність, а не на швидкість, на відміну від екстравертів.

5. Екстраверти активніші у сфері статевих стосунків, розпочинають статеве життя в більш ранньому віці, мають більше партнерів і частіше міняють їх.

6. Екстраверти схильні порушувати правила руху, тому частіше учасниками аварійних ситуацій, ніж інтроверти.

7. Екстраверти менш ощадливі та схильні щедро витратити гроші.

8. Екстраверти схильні до тих видів діяльності, які пов'язані: людьми (торгівля, соціальні служби). Інтроверти надають перевагу теоретичним та науковим видам діяльності (інженерна справа, хімія).

9. Екстраверти краще працюють на початку, а потім ефективність їхньої діяльності знижується. Інтроверти спочатку поступаються екстравертам в ефективності, однак згодом результативність їхньої роботи зростає.

10. Діяльність екстравертів поживляється, якщо вони очікують винагороди, а інтровертів - якщо їм загрожує покарання.

Практична цінність отриманих результатів полягає в тому, що стає зрозумілим вплив характеру стимулювання на діяльність різних людей. Екстраверта не вдасться мотивувати, загрожуючи покараннями (звільненнями, позбавленнями премії), а для інтроверта не мають великого значення заохочення та винагороди. Найважливіший висновок, до якого привели дослідження Айзенка щодо параметрів екстраверсії та інтроверсії, можна коротко подати так: екстраверсія-інтроверсія є важливим виміром особистості й визначає багато варіантів її соціальної поведінки.

4. Структурна теорія рис особистості Реймонда Кеттелла

Реймонд Кеттел (1905-1998) - один із найвпливовіших та найоригінальніших психологів, які працювали в галузі індивідуальних відмінностей, інтелекту та особистості, психометрики та генетики поведінки.

Кеттел вважав метою психологічного дослідження особистості -встановити закони, за якими поведуться люди в усіх видах соціальних ситуацій та у типових ситуаціях середовища. Значну частину свого життя Реймонд Кеттел присвятив створенню завершеної схеми певних властивостей людської особистості. Саме він уперше визначив практично вичерпний список нормальних і аномальних темпераментних та структурних рис. Потім Кеттел перейшов до виміру динаміки особистості, знайшовши при цьому риси, які він назвав мотиваційними. На думку Кеттелла, знаючи структуру і динаміку особистості, можна успішно передбачати поведінку конкретної людини.

За довгі роки праці Кеттел створив оригінальну теорію особистості на основі психометричних досліджень. Використовуючи індуктивний метод, він збирав кількісні дані з трьох джерел: дані про реальну поведінку впродовж життя, свідчення самих людей про себе і результати об'єктивних тестів, вираховував взаємні кореляції величин і сформував кореляційні матриці. Вчений виділив основні структури (первинні фактори), які визначають особистість. У цілому психолог визначив 35 особистісних рис першого порядку, з яких 23 риси притаманні нормальній особистості та 12 свідчать про патологію. У результаті повторного факторного аналізу Кеттелу вдалося визначити вісім рис другого порядку. Первинні і вторинні фактори в теорії Кеттелла називаються "основними рисами особистості", і, відповідно, сама теорія дістала назву *теорії рис*.

Кеттел настільки захопився вивченням рис, що виявив прагнення з їх допомогою описати не тільки особистість окремої людини, а й соціальні групи, до яких вона входить. Кеттел зазначав, що на особистість впливають як ситуаційні чинники, так і ті групи, до яких вона належить. Він запропонував спеціальний термін на позначення діапазону рис, з допомогою яких може бути охарактеризована окрема група, - *синтальність*.

Кеттел виявив, що порівняно з британськими студентами, американські

більш екстравертовані, радикальні та мають більш виражене Суперего, тоді як британцям властивий більший консерватизм і потужніша сила Его. Кеттел також дійшов висновку, що американці менш емоційні, ніж інші нації. Можна сказати, що така фантастична спроба за допомогою емпіричних методів детально описати риси, що характеризують суспільство в цілому, - була здійснена єдиним психологом - Кеттелом, що свідчить про його надзвичайну наукову сміливість.

Після майже шістдесятих років роботи Кеттелл, який ставив перед собою завдання скласти повну карту особистості, досяг успіху у створенні вичерпної кваліфікації особистісних структур, а також розробив метод, що дозволяє передбачати поведінку особистості. Теорія Кеттела беззаперечно є найбільш комплексною системою поглядів на особистість у сучасній психології, що повністю спирається на використання точних емпіричних методів дослідження.

Рекомендована література:

Основна:

1. Москалець В.П. Психологія особистості: курс лекцій. – Івано-Франківськ: ЗАТ «Надвірнянська друкарня», 2010. – 160 с.

Допоміжна:

1. 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/>

ТЕМА 6. УЯВЛЕННЯ ПРО РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ В ГУМАНІСТИЧНІЙ ПСИХОЛОГІЇ

ПЛАН

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

1. 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, недорозвинутих 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 принципів 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.

2. 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 "священних 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.

3. 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 самостваренні 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 клієнтцентрована 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, не конгруентність і захисне викривлення та заперечення	Конгруентність та самоактуалізація проти не конгруентності та психологічного захисту	Захисне збереження Я-концепції, не конгруентність	Терапевтична атмосфера, конгруентність, безумовне позитивне оцінювання емпатичне розуміння	Місіс Оук

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/>

ТЕМА 7. ТЕОРІЇ ОСОБИСТОСТІ ТА ЇЇ РОЗВИТКУ В ЕКЗИСТЕНЦІАЛЬНІЙ ПСИХОЛОГІЇ

ПЛАН

1. Загальна характеристика екзистенціального напрямку у теорії особистості.
2. Особистість у логотерапії Віктора Франкла.
3. Екзистенційна психологія Ролло Мея.
4. Дазейн-аналіз Людвіга Бінсвангера.

1. Загальна характеристика екзистенціального напрямку у теорії особистості

Екзистенціальна психологія (від лат. *existentia* – існування; гр. *psychē* – душа+ гр. *logos* – слово, поняття, вчення) – один із напрямів гуманістичної психології, що вивчає: 1) проблеми часу, життя і смерті; 2) проблеми свободи, відповідальності та вибору; 3) проблеми спілкування, любові і самотності; 4) проблеми смислу існування людини. Екзистенціальна психологія підкреслює унікальність особистого досвіду конкретної людини. Провідною її метою є вирішення проблеми відновлення автентичності особистості – відповідності її буття у світі її внутрішній природі. У практиці сучасної екзистенціальної психології використовуються досягнення психоаналізу. Відомі екзистенціальні психологи: Ірвін Ялом; Джеймс Бьюдженталь; Альфред Ленгле; Аліс Хольцхей-Кунц; Бос Медард; Людвіг Бінсвангер.

2. Особистість у логотерапії Віктора Франкла

Австрійський психолог і психіатр В. Франкл (1905-1997) вважав, що рушійною силою людської поведінки і розвитку особистості є пошук Логосу, сенсу життя, що має здійснюватися конкретною людиною за її власною потребою. Екзистенційна теорія Франкла складається з трьох частин: вчення про прагнення до сенсу, про сенс життя і про свободу волі.

Основна теза вчення про **прагнення до сенсу** свідчить: людина прагне знайти сенс і відчуває екзистенційну фрустрацію або вакуум, якщо її спроби залишаються нереалізованими. Прагнення до сенсу Франкл розглядає як природжену мотиваційну тенденцію, властиву всім людям і основною рушійною силою поведінки і розвитку особистості. Відсутність сенсу породжує у людини стан екзистенційного вакууму, що є причиною неврозів.

Головна теза вчення про **сенс життя** - життя людини не може позбутися сенсу ні за яких обставин; сенс життя завжди може бути знайдений. Відповідно теорії Франкла, сенс не суб'єктивний, людина не вигадує його, а знаходить у навколишній дійсності, у тому, що є для неї цінністю. Вчений виділяє три групи **цінностей: творчості, почуття і ставлення до життя**. Сенс життя можна знайти в будь-якій із цих цінностей. Тобто, немає таких обставин і ситуацій, в яких людське життя втратило б свій сенс.

Основна теза вчення про **свободу волі** свідчить, що людина спроможна знайти і реалізувати сенс життя, навіть якщо її свобода обмежена об'єктивними обставинами. Свобода, за теорією Франкла, тісно пов'язана з відповідальністю людини за правильний вибір і реалізацію сенсу свого життя.

Франкл підкреслював, що відсутність сенсу життя або неможливість його реалізувати приводить до неврозу, породжує у людини стан екзистенційної

фрустрації. Неврози нерідко виникають тоді, коли людина усвідомлює беззмістовність свого життя, порожнечу існування. В основі таких поширених явищ, як депресія, правопорушення, алкоголізм, наркоманія, агресивність, моральні падіння, лежить відсутність смислу життя, що може бути частково компенсовано людиною потягом до влади, сексу, бажанням грошей.

Досліджуючи можливості корекції поведінки, важливо орієнтуватися на розвиток у людей усвідомлення своєї відповідальності за власну поведінку, яка базується на усвідомленні себе і свого місця в світі. Так, Роджерс вважає, що "потрібно допомогти людям упоратися зі щоденними вимогами, допомогти їм зрозуміти, що вони не безпорадні жертви, вони мають вибір і повинні бути відповідальними за свої вчинки навіть тоді, коли не здатні змінити ситуацію".

3. Екзистенційна психологія Ролло Мея

Ролло Мей (1909-1994) провідний представник екзистенційної психології.

Теорія Р. Мея базується на клінічних експериментах. Людина живе сьогоднішнім, для неї актуально насамперед те, що відбувається тут і тепер. У цій єдиній справжній реальності людина формує себе сама і відповідальна за те, ким вона врешті-решт стає. Прослідковуючи докорінні відмінності між психічно здоровою, повноцінною людиною і психічно хворою, Р. Мей дійшов до висновку, що багатьом людям бракує хоробрості зустрітися віч-на-віч зі своєю долею. Спроби уникнути подібного зіткнення призводять до того, що люди намагаються втекти від відповідальності, заявляючи про споконвічну несвободу своїх дій. Не бажаючи робити вибір, вони втрачають здатність бачити себе такими, якими вони є насправді, і переймаються почуттям власної незначущості й відчуженості від світу. А здорові люди, навпаки, кидають виклик своїй долі, цінують, оберігають свою волю і живуть справжнім життям, чесно щодо себе та інших. Вони усвідомлюють неминучість смерті, але їм вистачає сміливості жити в сьогоднішньому. Мей вважав, що воля приходить до людини, коли вона протистоїть своїй долі і розуміє, що смерть або небуття можливе в будь-який момент. Людина може бути внутрішньо вільною, навіть якщо вона фізично перебуває у в'язниці.

У своїй **концепції особистості Р. Мей** особливо підкреслював унікальність особистості, вільний вибір і усвідомлений цільовий аспект поведінки. Як і інші екзистенціалісти, Мей вважає, що: 1) існування передуює сутності (важливіше, що люди роблять, а не хто вони є); 2) люди поєднують у собі риси як суб'єкта, так і об'єкта (люди є істотами, які і думають, і діють) 3) люди прагнуть знайти відповіді на найважливіші питання щодо сенсу життя; 4) воля і відповідальність завжди врівноважують одна одну, тому жодна з них не може бути присутня у людині окремо від іншої; 5) жорсткі теорії особистості схильні дегуманізувати людину і перетворювати її на об'єкт або предмет для дослідження.

Екзистенціалісти застосовували **феноменологічний підхід** до вивчення особистості, наполягаючи на тому, що людину найкраще можна зрозуміти в її власних координатах. Єдність людини та її феноменологічного світу виражено терміном **"буття-в-світі"**. Є три форми буття-в-світі: 1) наші відносини зі світом зовнішніх об'єктів або речей, 2) наші стосунки з іншими людьми; 3) стосунки з власною особистістю. Здорові люди живуть у всіх цих трьох світах одночасно. Якщо людина усвідомлює своє буття-в-світі, вона також усвідомлює можливість **небуття**, або неіснування. Життя стає для нас більш значимим, коли

ми стоїмо перед фактом неминучості смерті або небуття.

Визнання небуття сприяє розвиткові почуття тривоги, що зростає, якщо людина розуміє, що їй наділено волею вибору і навантажено відповідальністю за свої дії. Нормальну тривогу переживає кожен із нас. Вона пропорційна загрозі. Невротична тривога більша за загрозу, викликає придушення волі та реакцій самозахисту. Почуття провини, як і почуття тривоги, є нормальним для людини. Досліджуючи таке складне людське почуття, як любов, Р. Мей зробив висновок, що любов також повинна викликати турботу і вимагає почуття відповідальності. Мей виокремлював чотири види любові:

- секс, що є фізіологічною функцією;
- ерос, що прагне до тривалого союзу з коханою людиною;
- філія - дружба, що не має вираженої сексуальної спрямованості;
- альтруїстична любов, що не вимагає нічого натомість.

4. Дазейн-аналіз Людвіга Бінсвангера

Єдиною чітко визначеною школою екзистенціальної психотерапії є дазейн-аналіз. Засновником цього підходу був швейцарський психіатр Людвіг Бінсвангер (1881-1966). Розуміючи життя як цілісний конкретний феномен в єдності минулого, сьогодення і майбутнього, він описував досліджувані явища в їх унікальному і цілісному особистісному змісті і внутрішньому контексті. Припускаючи, що розум конститує об'єкти досвіду навіть у разі глибокого емоційного переживання, він намагався дослідити, як людина ставиться в цей момент до об'єктів, що конститууються в такий спосіб. На його думку, відчуття є таким самим справжнім досвідом, як і все інше.

Бінсвангерівська модель терапії дуже своєрідна, вона розширює "смисловий горизонт" особистості, що унеможлиблює усвідомлення витісненого, "загубленого". Центральним при цьому є поняття "дазейн" - упорядкування дійсності і спосіб, завдяки якому буття (сущє) може стати доступним сутності. У цьому Істотна відмінність дазейн-аналізу від аналітичної парадигми, що ґрунтується на багатократних інтерпретаціях і їх опрацюванні. Інтерпретації аналітика супроводяться і доповнюються розширенням суб'єктивного смислового простору пацієнта, тому розуміння в дазейн-аналізі часто виявляється повнішим, а терапевтичний ефект - глибшим. Крім того, екзистенціально-аналітичне мислення (саме так Бінсвангер визначав свій підхід) має справу зі структурою існування - тим, що сама особистість вважає справжнім, важливим.

Дазейн-аналіз {нім, Da-sein - тут-буття, буття-у-світі) - психотерапевтичний напрям, оснований на аналізі індивідуального буття людини, яке терапевт розглядає як термінальну цінність.

Основні методи у дазейн-терапії - вчування (вникнення в почуття), емпатійна увага і зацікавлене ставлення як до здорових, так і до патологізованих індивідуальних проявів, далеке від оцінювання і нозологічних класифікацій.

Специфічною ознакою екзистенціального підходу є категоріальна схема аналізу та реконструкції психологічних феноменів. Представник цього напрямку Генрі

Еленбергер (1905-1993) поряд із класичною психологічною тріадою поділу психіки на афект, інтелект і волю виокремив також *категоріальну*

феноменологію - систему вимірів індивідуального життєвого світу, у межах якої можлива реконструкція внутрішнього світу клієнтів. Основними категоріями феноменології є:

1) "темпоральність" - відчуття того, як відбувається життя, актуальне переживання "тепер", цілісності буття в єдності минулого, сьогодення і майбутнього;

2) "просторовість" - орієнтоване відповідно до бажань і уявлень людини поле подій, речей, умов або якостей. Облаштований простір, за Бінсвангером, відповідає певним модусам життєвої активності особистості: відпочинку, пізнанню, кохання, споживанню тощо. Це не просто територія, на якій живе і працює особистість, а й емоційно-ціннісний вимір основних зон її життєдіяльності (наприклад, улюблений диван відрізняється від будь-якого ліжка, і спати або кохатися на ньому приємніше, ніж деінде);

3) "причинність" - зумовленість одних явищ іншими. Сфера причинності у людській свідомості містить три основні принципи: детермінізм (зумовленість), випадковість та інтенціональність (спрямованість вчинків та дій), за якими суб'єкт пояснює власні вчинки;

4) "матеріальність" - предметність, конкретне втілення у певній думці. Бінсвангер наполягав, що на цей вимір орієнтована індивідуальна система класифікацій клієнта: він може поділяти світ і речі на бліді і яскраві, тверді і м'які, чіткі і аморфні, живі і неживі тощо. Терапевт має діяти в межах запропонованої пацієнтом класифікації, хоч би якою екзотичною вона здавалась йому.

За цими категоріями відбувається реконструювання внутрішнього світу пацієнта у процесі психотерапії. Успішна реконструкція не просто відтворює його буття, а й дає змогу терапевтові увійти в цей світ, зрозуміти його, тобто побачити площину життя клієнта як осмислену, сповнену сенсом - хай навіть дивним і дуже відмінним від звичайного. Саме в цьому і полягає основне завдання дазейн-аналітика.

Дазейн-аналіз призначений для дослідження особистості і її світу ще до розподілу його на хворобу і здоров'я. Те, чого прагне дазейн-аналітик, неможливе у психоаналізі: представити феномени людського життя без будь-яких пояснень чи класифікаційних схем, а просто як частини екзистенції, що вказують на ті сутнісні модуси, в яких дазейн сприймає, трансформує і конститує світ. З цього погляду психічний розлад виникає як модифікація фундаментальної або сутнісної структури, як одна з численних метаморфоз буття-у-світі.

Основні праці Л. Бінсвангера стосуються того, що психіатрія класифікує як патологічне. Бін використовував поняття "екзистенційне апріорі" (лат. *apriori* - з попереднього) - первинність, самоцінність індивідуального сприйняття світу. Те, що людина відчуває, - це передовсім і понад усе не враження смаку, звуку, запаху або дотику, не речі або об'єкти, а значення, сенси, які уможливають екзистенцію і досвід. У значенні-матриці, всередині якої феномени виникають і співвідносяться з дазейном та конституються Самість і світ, у крайніх випадках переважає тільки одна тема. У такому контексті психічне захворювання або розлад є всепроникною одноманітністю досвіду, гомогенністю символічного відгуку. Це означає, що весь досвід, усі сприйняття, знання збіднюються, а буття переходить у стан занедбаності.

Основним дазейн-аналітичним критерієм психічного порушення є ступінь підлеглості свободи дазейну владі чогось іншого. У невротика таке підпорядкування часткове: хоча його буття-у-світі підвладне одній або кільком категоріям, він постійно бореться за те, щоб дотримуватися власного самовизначення. Ця боротьба набуває форми дазейну, що відмовляється від деяких своїх можливостей для захисту від руйнування власного світу. Та оскільки вже сама така відмова означає початок розпаду (зменшення, звуження, спустошення) Самості, усі зусилля заперечують себе, і невротик відчуває себе спійманим. Спроба розв'язати проблеми призводить до ще більшого поглиблення їх.

Психотик іде далі і повністю підпорядковує себе владі невідомого. Ціна, яку він платить за зменшення досвіду занепокоєння, - втрата власного самовизначення. У разі психозу дазейн повністю підкоряється одному принципу світобудови: він більше не поширюється в майбутнє, не випереджає себе, обертається по вузькому колу, в яке його "закинули", знову й знову безплідно повторюючи себе. Модифікація сутнісної структури - душевна хвороба - виникає через те, що дазейн перестає вільно ставитися до власної суті, тобто буття втрачає свою безпосередність, воно вимушене зіставляти себе з тим, як повинно бути, як нормально (або правильно), і відчуває себе не таким, як слід, - поганим, нікчемним, ненормальним тощо. Дазейн як розуміння стає підлеглим тому модусу занедбаності буття-у-світі, який Бінсвангер називав "самообраною несвободою".

Модель терапії Бінсвангера досить радикальна у психіатрії. Його найвідоміші описи клінічних випадків (Лола Фосс, Елен Вест) становлять золотий фонд екзистенціальної терапії. Однак у повсякденній практиці психотерапевтичної допомоги цей підхід використовують дуже рідко. Можливо, через те, що більшості сучасних людей не вистачає терпіння, необхідного для реконструкції життєвого світу та його повноцінного розуміння "з них самих, а не з будь-яких власних уявлень чи теорій".

Рекомендована література:

Основна:

1. Москалець В.П. Психологія особистості: курс лекцій. – Івано-Франківськ: ЗАТ «Надвірнянська друкарня», 2010. – 160 с.
2. Москалець В.П. Психологія особистості: навчальний посібник. – Центр учбової літератури (ЦУЛ), 2013. – 262 с.
3. Столяренко О.Б. Психологія особистості : навч. Посібник. – Київ: Центр учб. літ., 2018. – 279 с.

Допоміжна:

1. 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/>

ТЕМА 8. УЯВЛЕННЯ ПРО РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ В ГЕШТАЛЬТ-ПСИХОЛОГІЇ ТА ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПІЇ

ПЛАН

1. Погляди на особистість у гештальт-психології та гештальт-терапії (Фредерік Перлз, Лаура Перлз, Пол Гудман):
 - 1.1. Цілісність організму та особистості.
 - 1.2. Рівні психологічного зростання («рівні неврозу») особистості.
 - 1.3. Види порушення кордону між особистістю і середовищем
 - 1.4. Основні принципи та процедури в гештальт-терапії.
2. Основні принципи теорії поля Курта Левіна. Модель особистості у теорії поля.

1. Погляди на особистість у гештальт-психології та гештальт-терапії.

Основні ідеї розробив Фредерік Перлз, а також Лаура Перлз і Пол Гудман.

Фрідріх (Фредерік, або Фріц) Саломон Перлз (1893-1970), засновник гештальт-терапії, навчався у Віденському та Берлінському інститутах психоаналізу. Його вчителем-психоаналітиком був Вільгельм Райх. Перлз випробував на собі вплив різноманітних теоретичних підходів до психотерапії, що знайшло відображення у створеній ним гештальт-терапії. Базову підготовку він отримав з психоаналізу. Перлз вважав, що психоаналіз і теоретичні концепції Фрейда є тією основою, на якій будується його власний підхід, хоча методи його побудови переважно полягають у зміні психоаналітичної теорії. Зокрема, він замінив статевий інстинкт інстинктом голоду в якості головного.

Перлз вважає гештальт-терапію одним з трьох екзистенціальних підходів, поряд з Логотерапією Франкла і дазайн-аналізом (daseinanalysis) Бінсвангера. Німецьке слово Gestalt, що позначає "ціле, конфігурацію, інтеграцію, стереотип або форму", займає центральне місце в теорії Перлза. Гештальт, у поданні Перлза, має відношення до цілісності завершених дій, а також інтеграції розрізнених частин особистості в єдине самоактуалізуюче ціле. Перлз розширює поняття гештальт-сприйняття, яке включає в нього не тільки сприйняття зовнішнього світу, а й сприйняття тілесних процесів, почуттів та емоцій.

Перлз відкидав уявлення про те, що люди перебувають під контролем зовнішніх та / або внутрішніх факторів; в цьому він розходиться з психоаналізом. Це відкидання ґрунтується на **двох ідеях**:

- 1) люди несуть відповідальність за самих себе і своє життя,
- 2) найважливіше питання про людський досвід і поведінку звучить не "чому?", а "як?"

За цими уявленнями варто виходить, що люди вільні і володіють потенціалом до зміни. Відповідно до гештальтистських принципів, Перлз відкидає дуалізм розуму і тіла, тіла і духу, думок і почуттів, мислення і дії, почуттів і дій. Така відмова від дуалізму лежить в основі концепції холізму. Холізм (з грец. ὅλος (holos) — цілий, увесь) — «філософія цілісності» — напрям у сучасній західноєвропейській філософії, який розглядає цілісність світу як наслідок творчої еволюції, що спрямовується нематеріальним і непізнаваним «фактором цілісності».

Концепція балансу організму, або гомеостазу. Основна тенденція будь-

якого організму виражається в збереженні рівноваги. Кожну мить на організм діє безліч факторів, цю рівновагу порушують, зовнішні (вимога з боку оточення) або внутрішні (потреба). Розвивається протилежна тенденція до відновлення рівноваги; процес відновлення балансу і становить саморегуляцію організму. У процесі саморегуляції організм створює образ задоволеної потреби або реально її задовольняє; в результаті він формує свій світ або створює ситуацію фігура-фон. Задоволення потреби зменшує напругу, відновлює рівновагу, завершує ситуацію. Таким чином, гомеостаз являє собою процес, за допомогою якого організм задовольняє свої потреби. Процес цей безперервний, оскільки рівновага, або баланс, постійно порушується. Процес полягає в задоволенні психологічних, а також фізіологічних потреб; дійсно, ці два процеси не можуть бути розділені.

У термінах гештальт-психології усвідомлення потреби стає фігурою на фоні. Незадоволена потреба являє собою незавершений гештальт, що вимагає завершення. Стимулюється сенсомоторна активність, налагоджуються контакти з оточенням з метою задовольнити потребу. "Коли потреба задоволена, її гештальт стає завершеним, він більше не робить впливу - організм вільний для формування нових гештальтів" (Perls, 1948).

Кордон контакту. Організм і його оточення існують у взаємних, або діалектичних, відносинах. Організм змушений шукати задоволення своїх потреб в оточенні. Він контактує для цього з навколишнім світом через сенсорний процес орієнтації та моторний процес маніпуляції. *Точка взаємодії індивіда з оточенням і є межа контакту.* Дослідження способу функціонування людини в своєму оточенні відбувається на Кордоні контакту індивіда з оточенням. Саме на цьому кордоні контакту відбуваються психологічні події. Наші думки, дії, наша поведінка, емоції є способом переживання і реакції на ці прикордонні події (Perls, 1973, р. 16).

Поняття SELF.

Більшість психологічних підходів розглядає особистість як структуру, що складається з тих чи інших частин чи структур. Наприклад, структура особистості по З. Фрейд включає Его, функцією якого є організація та синтез особистості, Суперего, що займається встановленням і збереженням моральних норм, бажаних цілей та ідеалів, та Ід, що включає в себе інстинктивні потяги, що спонукають психіку до активного пошуку задоволення. З. Фрейд припустив, що психіка має *топічний вимір*, тобто кожна з описаних ним структур має певну локалізацію та зв'язки з іншими структурами. Ієрархічно організовані впорядковані психічні структури, що організують і кодують те, як людина свідомо чи несвідомо сприймає саму себе, утворюють Self або самість.

У гештальт терапії не прийнято поняття "особистість". Скоріше особистість, у звичному розумінні, може розглядатися тут як жорстка форма реагування, у якій немає спонтанності у її відгуку середу. У кожний момент часу змінюються характеристики поля, прояви організму та відгуки середовища. Постійна зміна поля вимагає від організму великої уваги до новизни, що виникає, і вибору того, як організовувати контакт із середовищем у кожний момент часу.

Для гештальт терапії, на відміну від психоаналізу, є характерним не топічний, а часовий вимір: вивчається не те, як структуровані *психічні*

процеси між собою, а те, **як вони організовані нині** у цьому середовищі, **як вони виникають і змінюються у часі й просторі**. Тому поняття Self у гештальт терапії є динамічним, темпоральним.

У гештальт терапії **Self** - це не фіксована сутність і не психічна інстанція, *це специфічний для кожної людини процес, що характеризує його спосіб реагування в даний момент і в даному полі*. Під ним розуміється не просто «буття» людини, а її «буття-в-світі», яке змінюється в залежності від ситуацій, що виникають.

Self - це те, **як влаштована контактна межа тут-і-зараз**: де вона пролягає і куди може зміститися через деякий час. Self існує там, де відбувається фактична взаємодія, **Self це досвід, який тут і зараз переживається організмом**.

Перлз розглядає Self як **комплексну систему контактів**, необхідну для пристосування у складному полі. «Self – система контактів – інтегрує перцептивно-пропріоцептивні, моторно-м'язові функції та органічні потреби. Self усвідомлює та орієнтується, здійснює агресію та маніпуляцію, а також емоційно відчуває, чи підходять один одному середовище та організм».

Self може виявлятися та існувати у вигляді **трьох аспектів або функцій: функція Id, функція Personality та функція Ego**, які разом є головними стадіями творчого пристосування.

Функція Ego – це прогресивне ототожнення з можливостями та відчуження від них, це функція волі, вибору, здорова довільність, усвідомлене обмеження певних інтересів, рухів, сприйнятів задля зосередження на інших.

"Id (Id) є фоном, розчином можливостей, він включає органічне збудження і минулі незавершені ситуації, що стають усвідомленими, і невиразно відчувається середовище, і зародкові почуття, що зв'язують організм із середовищем". Id тілесно, безсловесно, пасивно та ірраціонально. Ми говоримо, що Self проявляється через функцію Id у тому випадку, коли людина зосереджена на своїх відчуттях або розслаблена та розсіяна.

Функція Personality включає систему уявлень про себе і про світ, установки, прийняті в міжособистісних відносинах, правила, ролі, позиції. Частина цих уявлень може бути помилковою або засвоєною без попереднього осмислення та перевірки. Слово та мова також пов'язані з функцією Personality. Поки Self проявляється функцією Id, ми безмовні і відчуваємо, але як тільки ми даємо назву процесу, що відчувається, позначаємо почуття, Self проявляється функцією Personality. Personality - це та фігура, яка створюється з фону і яка може бути наприкінці циклу повернута у фон та інтегрована з минулими дослідами.

Підкреслюється первинне положення Ego функції по відношенню до Id та Personality. Втрата Ego функції означає, що Self втрачає свою здатність, що управляє, і це порушення призводить до розладу двох інших функцій. Саме тому в гештальт терапії велику увагу приділяють функціонуванню Ego.

Рівні психологічного зростання («рівні неврозу») особистості.

Здоровий індивід успішно завершує кожну ситуацію, кожен незавершений гештальт, і росте в процесі цього. Психологічне зростання відбувається за участю свідомості. Відчуття, збудження, формування гештальта і контакт супроводжуються або характеризуються у нормального індивіда

усвідомленням. Фрустрація не так запобігає зростанню, скільки його прискорює. Фрустрація кидає індивіду виклик, дозволяє виявити свій потенціал, навчитися оволодіти світом.

Нормальний ріст і розвиток не обходяться без проблем, які показують труднощі досягнення зрілості. Тривога є неминучою супутницею навчання. Це наслідок "розриву між сьогоднішнім і майбутнім. Втрачаючи тверду опору сьогоднішнього і починаючи дбати про майбутнє, ви відчуваєте тривогу".

Описуючи процес досягнення зрілості, Перлз виділив **рівні неврозу** (структуру неврозу). Відповідно до цієї теорії для досягнення зрілості людині необхідно пропрацювати п'ять невротичних рівнів.

1.Перший рівень називається **рівнем кліше** - він складається з стереотипних ритуалів (наприклад, ритуали вітання при зустрічі).

2.Другий рівень називається **синтетичним рівнем**, Перлз також називав його рівнем Зигмунда Фрейда та Еріка Берна. На цьому рівні особистість грає ролі і різні ігри, з метою отримання підтримки від середовища.

3.За синтетичним рівнем знаходиться **рівень глухого кута**. Він характеризується відсутністю підтримки зі сторони оточення і неадекватністю самопідтримки. Для глухого кута характерні страхи і фобії. Ми прагнемо уникати цього рівня, так як він пов'язаний з переживанням болю.

4.Якщо глухий кут пройдений, то за ним відкривається **четвертий рівень** - **рівень смерті**, або рівень внутрішнього вибуху (стиснення). Він переживається як смерть або страх смерті. Якщо людина залишається в контакті з цим рівнем, то виявляється...

5. **п'ятий рівень - зовнішній вибух**, тобто прояв справжнього Я. Перлз описував чотири основних типи вибуху: вибух справжнього горя, вибух оргазму, вибух гніву і вибух радості. Проходження індивіда через п'ять рівнів неврозу метафорично порівнюють з очищенням цибулини. Завданням гештальт-терапевта є створення безпечної критичної ситуації, в якій клієнт стикається з переживаннями на рівні глухого кута.

Види порушення кордону між особистістю і середовищем.

Існує чотири інших основних порушення кордонів: **інтроєкція, проекція, злиття (confluence) і ретрофлексія.**

Інтроєкція – означає збереження структури поглинених речей, в той час як організм вимагає їх руйнування, щоб могла статися асиміляції. Інтроєцирувати, означає не «переживав», а "ковтнув" залишається інтактним як чужорідне тіло в системі. З психологічної точки зору інтроєкція являє собою некритичне прийняття чужих концепцій, стандартів поведінки і цінностей. Людина зі звичкою до інтроєкції не розвиває власну особистість. Інтроєкція суперечливих або несумісних концепцій чи цінностей веде до дезінтеграції особистості.

Проекція - це означає помістити у зовнішній світ ті частин власної особистості, з якими індивід не бажає (або не може) ототожнити себе (або які не може висловити). Проектуючи людина не може задовільно розрізняти зовнішній і внутрішній світи. Почуття провини призводить до проекції провини на що-небудь або кого-небудь іншого. Проекції зазвичай робляться на зовнішній світ, однак можуть мати місце і всередині особистості, наприклад проекція на свідомість.

Злиття виникає, коли індивід не відчуває межі між собою і оточенням. Цей

стан притаманний новонародженим, а також дорослим людям в момент екстазу, сильної концентрації або при ритуальних діях. Тривало існуючий стан злиття, коли індивід не здатний відрізнити себе від інших, є патологічним. У стані злиття людина не терпить відмінностей; всі повинні бути схожі.

Ретрофлексія означає, що деяка функція, спочатку спрямована від індивіда на світ, змінює свій напрямок і повертається до ініціатора. Одним прикладом цього процесу є нарцисизм. Суїцид, заміна вбивства, - другий приклад. Агресія і ненависть змінюють напрямок і адресуються собі. Подібна поведінка є реакція на ворожість і фрустрацію. Гальмування або придушення емоцій і поведінки іноді необхідно, однак це може увійти у звичку, приводячи до невротичних придушення. Людина, схильна до ретрофлексії, поводить себе з собою так, як вона хотіла би поводитися з оточуючими. В даному випадку сам індивід замінює собою оточення: енергія спрямована на себе, замість того, щоб бути спрямованою назовні на оточення з метою задоволення своїх потреб.

Невроз. Невроз є припинення або затримка росту; таким чином, це "розлад зростання" або "порушення розвитку". Це порушення включає відносини індивіда з суспільством, які являють собою конфлікт між потребами і вимогами індивіда та суспільства. Виникаючі труднощі пов'язані з ростом, дозріванням і реалізацією власної природи і потенціалу в боротьбі з нестатками і фрустраціями. Невротична особистість погано усвідомлює свої потреби, не зможе їх розділити і ранжувати, щоб задовольняти по черзі.

Інтроекція, проекція, злиття і ретрофлексія в крайній або патологічній формі виступають в якості захисних механізмів невротичної особистості. Невроз - це порушення функцій Я (Его), у той час як психоз - це порушення функцій Ід (Perls et al., 1951).

Терапія полягає у відновленні процесу росту, в усвідомленні пацієнтом своїх незадоволених потреб, незавершених справ або неповних гештальтів, так щоб пацієнт зміг завершити або дозволити їх, переходячи потім до задоволення насущних потреб. Гештальт-терапія не намагається відродити минуле за допомогою аналізу. Незавершена справа минулого проявляє себе в сьогоденні, зокрема в невербальній поведінці і сновидіннях. Таким чином, терапія фокусується на поведінці **тут і зараз**, що веде до усвідомлення невирішених конфліктів з іншими і з собою. У міру усвідомлення пацієнт отримує здатність вирішувати конфлікти або інтегрувати свої відчужені частини.

2. Теорія поля Курта Левіна.

Життєвий простір є ключовим поняттям в теорії поля К. Левіна. Зміст цього терміна включає в себе всю безліч реальних і нереальних, актуальних, минулих і майбутніх подій, які знаходяться в психологічному просторі індивіда в даний момент часу. Це можуть бути очікування, цілі, образи привабливих (або відразливих) об'єктів, реальні або уявні перешкоди на шляху досягнення бажаного, діяльність людини і т.п. Загалом, все, що може зумовити поведінку особистості, виходячи з цього, **поведінка** - це функція особистості та її життєвого простору в даний момент часу.

Регіони і кордони. Психологічний простір складається з різних секторів, регіонів, які графічно зображуються розділеними межами. Межі мають властивість проникності. Чим "жорсткіше" кордон, бар'єр, тим товща лінія, її зображає. Факт життєвого простору - все що може бути усвідомлено людиною. Подія - результат взаємодії кількох фактів. Кількість секторів, регіонів

визначається кількістю фактів, що знаходяться в даний момент в життєвому просторі. Чим ближче сектор до особистого простору людини, тим більший вплив він надає.

Локомоції. Зв'язок між регіонами здійснюється за допомогою локомоцій. Локомоції (дії) можуть відбуватися як у реальному фізичному просторі, так і в нереальному, уявному. Функція локомоцій полягає в регуляції напруги в життєвому просторі людини. Рівень напруги одного сектора може регулюватися за рахунок здійснення локомоцій в іншому секторі.

Валентність. Ще один конструкт, використовуваний К. Левіним для аналізу психічних феноменів і входить в понятійний апарат теорії поля, це валентність. Під валентністю розуміється властивість об'єкта притягати або відштовхувати. Тобто йдеться про цінності регіону для людини. Привабливий регіон має позитивну валентність, а відразливий - негативну. Напруга, що існує в психологічному просторі людини, обумовлює силу, що діє на нього і спрямовану в регіон, який покликаний рівень напруги знизити. Якщо на людину діють кілька сил, то його локомоції спрямовані в бік їх результату. На малюнках, як це прийнято у фізиці, сила позначається вектором. Сила обумовлена величиною валентності, властивою об'єкту в даний момент часу.

На підставі конструкту валентності К. Левін інтерпретує феномен конфлікту. За його словами, конфлікт психологічно визначається як протидія приблизно рівних сил поля. Для рушійних сил (тобто для сил, пов'язаних з позитивною і негативною валентністю) він виділяє **три основні різновиди внутрішнього конфлікту**.

1. Людина перебуває між двома позитивними валентностями. Їй необхідно вибрати між двома привабливими об'єктами. Коливання викликано тим, що після здійснення вибору мета може виглядати набагато менш привабливо, ніж у ситуації конфлікту.

2. Конфлікт між двома негативними валентностями (наприклад, між необхідністю виконання неприємної роботи та загрозою покарання). Енергетичні витрати в такому випадку значно підвищуються, навіть якщо робота досить легка.

3. Зіткнення з об'єктом, який має одночасно позитивну і негативну валентності ("і хочеться і страшно"). Поведінка людини в даній ситуації носить характер "човника": наближення-віддалення від об'єкта.

Таким чином, відповідно до теорії поля Левіна, поведінка людини в конфлікті пов'язана з валентністю об'єктів, розташованих в його психологічному полі.

Психологічне зростання. Розвиток особистості К. Левін описував як рух від одного регіону до іншого, що є новим для індивіда. Спеціально теми розвитку особистості Левін не торкався, але в своїй статті, присвяченій підліткового віку, писав: "Сам факт, що людина перебуває в стані руху від одного регіону А до нового регіону В і тому він відірвався від регіону А, але ще не утвердився міцно в регіоні В, ставить його в менш міцне положення і робить його більш здатним до розвитку". Отже, особистісний розвиток можна розуміти як включення в життєвий простір якоїсь нової невідомої зони, рух до якої реорганізує весь простір в цілому.

Ще один конструкт, який використовує Левін для опису розвитку особистості, -це **диференційованість особистісного простору**. Чим більше

диференціація, тим на вищому ступені розвитку знаходиться особистість. Диференціація характеризується широтою і ступенем. Тому розвиток можна описати як:

- 1) збільшення широти життєвого простору відносно а) того, що є частиною психологічного сьогодення; б) тимчасової перспективи в напрямку психологічного минулого і психологічного майбутнього; в) вимірювання реальність-ірреальність;
- 2) зростаючу диференціацію кожного рівня життєвого простору на безліч соціальних зв'язків і областей діяльності;
- 3) зростаючу організацію життєвого простору;
- 4) зміна загальної рухливості або жорсткості життєвого простору.

Перешкоди на шляху особистісного зростання. Мабуть, неможливість досягти рівноваги на іншому, новому рівні життєвого простору може бути перешкодою на шляху до розвитку людини. Коли Левін описує механізми регресії, він стосується феноменів, які є в тій чи іншій мірі перешкодами у людському розвитку. Він пише:

1. Будь-яка фіксація досить великої частини цілого в незміненому стані повинна вести до регресії. Насичення може виникати в ситуації, в якій одна і та ж діяльність повторюється знову і знову, тобто коли певні області людини утримуються в більш-менш незмінному стані Приємні, так і неприємні види діяльності швидше насичуються, ніж нейтральні.

2. Ми повинні чекати регресію, якщо зменшується міцність кордонів.

3. Обмеження варіантів патернів викликано двома групами факторів. Одна група має відношення до ступеня диференціації, діаметру цілого і міцності кордонів секторів. Друга група стосується діапазону станів, які може мати регіон, що не зникають. Левін вважав, що стосовно першої групи факторів зміни відбуваються у дорослих, а щодо другої - у дітей.

Таким чином, перешкодами особистісного зростання є фіксація на окремому регіоні, насичення, низька міцність кордонів.

Висновки.

Курт Левін - творець психологічної теорії поля, яка є методом "аналізу причинних співвідношень та побудови наукових конструкцій". Евристична цінність теорії поля полягає в тому, що її використання стимулює становлення та розвиток нових концепцій, перевірку нових експериментальних гіпотез та виявлення нових психологічних феноменів.

Серед понять, необхідних для аналізу життєвого простору на даний момент часу, з погляду К.Левіна, важливі такі як: тимчасова перспектива, психологічна валентність, вектор, локомоція, регіон та кордон.

Рекомендована література:

Основна:

1. Столяренко О.Б. Психологія особистості : навч. Посібник. – Київ:Центр учб. літ., 2018. – 279 с.

Допоміжна:

1. 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/>

ЛІТЕРАТУРА

Основна:

1. Дискурсивне конструювання досвіду у контексті розвитку особистості: монографія / [Н. В. Чепелева, М. Л. Смульсон, С. Ю. Рудницька, О. В. Зазимко, та ін.]; за ред. Н. В. Чепелевої. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 194 с.
2. Католик Г., Калька Н. Психологія особистості (в схемах, презентаціях і таблицях): навчальний посібник - Львів: ЛьвДУВС, 2022. 158 с.
3. Кацавець Р. С. Психологія особистості : навчальний посібник. Київ : Алерта, 2021. 134 с.
4. Молочко Я.А. Історіогенез уявлень про нарцисичну спрямованість особистості у психологічній науці: від патології до норми. *Науковий журнал «Габітус»*. Випуск 75, Т. 2, 2025. С. 27-33.
5. Особистісні стратегії життєдіяльності в умовах невизначеності середовища : монографія / Ю.М. Швалб, О.Л. Вернік, О.М. Дячок, Т.М. Кирпенко, О.В. Павленко; за ред. Ю.М. Швалба. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2024.
6. Соціокультурні детермінанти розвитку психології особистості в Україні: монографія. / В. В. Турбан, Л. З. Сердюк, В. В. Москаленко та ін.; за наук. ред. В. В. Турбан. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2023. 296 с.
7. Фройд З. Вступ до психоаналізу. Нові висновки. Харків: КСД, 2021. 552с.

Додаткова:

1. Батраченко І.Г., Панфілова Г.Б., Складанська О.В. Розширення життєвої антиципації особистості як ресурс психологічної допомоги в умовах війни. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія. Том 33 (72) № 4 2022. С.104-109.* Режим доступу https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/4_2022/18.pdf
2. Білюченко Ю. М. Особливості агресивності осіб, що належать до різних статево-вікових груп : дис. ... д-ра філософії : 053 Психологія. МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків, 2024. 234 с.
3. Варій М. Психологія особистості. Київ : Сварог, 2020. 592 с.
4. Герман Дж. Психологічна травма та шлях до видужання. Львів: Видавництво Старого Лева, 2021. 424 с.
5. Земляна Ю.А. Вплив періоду невизначеності на психологічне благополуччя особистості. *Науковий журнал «Габітус»*. Випуск 72, Т. 1. 2025. С. 81-85.
6. Камінська А.М., Панфілова Г.Б., Чириченко Ю.В. Психологічна допомога у період кризи середнього віку шляхом психокорекції в процесі АСПП із використанням художніх творів *Науковий журнал «Габітус»*. № 27, 2021. С. 114 - 119. Index Copernicus, Google Scholar. Режим доступу: <http://habitus.od.ua/journals/2021/27-2021/21.pdf>
7. Камінська А.М., Панфілова Г.Б., Полянничко О.М. Використання художніх творів за темами комплексу психомалюнків у процесі глибинного пізнання психіки суб'єкта. *Науковий журнал «Габітус»*. №19, 2020. С. 117-122.

Scholar. Режим доступу: <http://habitus.od.ua/journals/2020/19-2020/22.pdf>

8. Карамушка Л.М. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати: методичні рекомендації. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2024. 48 с.

9. Карпенко Є. В. Психологія емоційного інтелекту в дискурсі життєздійснення особистості: дис. д-ра психол. наук: 19.00.07. ІваноФранківськ, 2020. 497 с.

10. Коваленко Є. С. Психологічні чинники правової інтолерантності військовослужбовців : дис. ... д-ра філософії : 053 Психологія / Коваленко Євгеній Сергійович; МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків, 2024. 285 с.

11. Кокун О. М. Сприяння підвищенню життєстійкості фахівців соціономічних професій : методичні рекомендації / О.М. Кокун, О.М. Корніяка, Н.М. Панасенко та ін.; за ред. О.М. Кокун. Київ – Львів : Видавець Вікторія Кундельська, 2021. 84 с.

12. Лісовенко А.Ф., Форманюк Ю.В. Психофізіолого-генетичні та нейропсихологічні основи заздрості // Габітус, Випуск 22. Одеса, 2021.

8. Максименко С, Кісарчук З., Гребінь Л. Оцінка проявів ПТСР у військовослужбовців та ветеранів на основі психодинамічної моделі психотравми з урахуванням феномену структурної регресії. *Актуальні дослідження в сучасній вітчизняній екстремальній та кризовій психології*: монографія. Том II / за заг. ред. В. П. Садового., О.В.Тімченка. Харків: НУЦЗУ, 2022. 436 с.

9. Москалець В. П. Психологія особистості. Підручник, 3 вид. перероб. доповн./ В. П. Москалець. Київ: Видавництво Ліра-К, 2020. 364 с.

13. Панфілова Г.Б., Сурякова М.В., Склянська О.В. Соціальна психологія (з основами соціально-психологічного тренінгу): Навч. посібник [електронне видання]. Дніпро: Середняк Т. К., 2021. 150 с.

14. Психологічні наслідки війни: міждисциплінарний нарис про Харківщину та її мешканців : моногр. / О. О. Євдокімова, І. С. Нечитайло, О. В. Брусакова та ін., за заг. ред. В. В. Сокурєнка; Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків : Факт, 2024. 411 с

15. Пісоцький В. П., Горянський А. М. Психічний розвиток та формування особистості в онтогенезі : навчальний посібник для вищих навчальних закладів. Київ: КНТ, 2018. 144 с.

16. Самодетермінація психологічного благополуччя особистості: монографія / Л. З. Сердюк, І. В. Данилюк, В. В. Турбан, О. І. Пенькова, Н. Д. Володарська [та ін.]; за ред. Л. З. Сердюк. Київ – Львів : Видавець Вікторія Кундельська, 2021. 236 с.

17. Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій: практичний посібник / [Т. М. Титаренко, М. С. Дворник, В. О. Климчук та ін.] ; за наук. ред. Т. М. Титаренко / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2019. 220 с.

18. Я-концепція у становленні особистості: цикл тренінгових вправ: навчально-методичний посібник / Укл.: Тимофієва М. П.,Павлюк О. І. Чернівці, 2019. 107 с.

19. Троценко А. Л. Валідизація Шкали особистісної динаміки. *Журнал соціальної та практичної психології*. 2024. № 3. С. 52–62.
20. Троценко А. Л. Шкала особистісної динаміки: надійність та чутливість методики. *Науковий журнал «Габітус»*. 2024. № 68. С. 219–226.
21. Українське Лонгітюдне Дослідження = Ukrainian Longitudinal Study (ULS) : Метод. рек. з використання психодіагност. інструментів трет. хвилі дослідж. / [Максименко С. Д., Кокун О. М., Панок В. Г. та ін.] ; НАПН України, Ін-т психології імені Г. С. Костюка , УНМЦ практ. психології та соц. ; НАМН України, ДУ "Ін-т охорони здоров'я дітей та підлітків", ДУ "Ін-т неврології психіатрії та наркології" ; Харків. нац. ун-т. внутр. справ ; Ун-т Вейна. – Київ: Ін-т психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 77 с. URI: <http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/14194>
22. Фролова Н. В. Структурна модель психологічної допомоги цивільному населенню під час війни в Україні. *Науковий журнал «Габітус»*. 2025. № 69. С. 253–258.
23. Фурман А.А. Психологія смисложиттєвого розвитку особистості: [монографія] / Анатолій Анатолійович Фурман. Тернопіль: ТНЕУ, 2017. 508 с
24. Balke E. Trauma and conflict prevention: A critical assessment of the theoretical foundations and contribution of psychosocial projects in war-torn societies. London: Development Studies Institute, LSE, 2002.
25. Beukian S. Nationalism and collective trauma. The state of nationalism. *Studies on National Movements*. 2020. Vol. 5. P. 1–19. URL: <https://stateofnationalism.eu/article/nationalism-and-collective-trauma/>
26. Childhood trauma and outcome trajectories in patients with longstanding eating disorders across 17 years Eijsen HP et al. *International Journal of Eating Disorders*, 2023.