**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ**

**Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования**

**СТАВРОПОЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ**

**Кафедра общей и практической психологии**

**и социальной работы**

**РЕФЕРАТ**

**по дисциплине**

**«История и методология психологии»**

**Тема: Основные положения психоанализа (аналитической и индивидуальной психологии, гештальтпсихологии,**

**гуманистической психологии).**

Выполнила: аспирантка первого года обучения

по направлению подготовки 37.06.01

Психологические науки

Профиль Педагогическая психология

Ханина Наталья Андреевна

Принял:

доктор психологических наук, профессор

кафедры общей и практической

психологии и социальной работы

Соловьева Ольга Владимировна

Ставрополь

2021

**Содержание**

Ведение

Глава 1. Психоанализ, его основатель и область применения

Глава 2. Аналитическая и индивидуальная психология

Глава 3. Гештальтпсихология

Глава 4. Гуманистическая психология

Список использованной литературы

**Введение**

Изучение человеческой психики всегда являлось одной из самых интересных тем научного мира. На многие вопросы о своей личности большинство людей не может найти ответ. А вот на некоторые из них сможет пролить свет детальный психоанализ. Как он действует, какова его история? Что нас заставляет совершать одинаковые ошибки? Как события детства могут влиять на наше настоящее?

В своем реферате я хотела бы раскрыть общие понятия психоанализа и привести пример некоторых научных теорий, построенных на основе этого психоаналического направления.

**Глава 1. Психоанализ, его основатель и область применения**

Психоанализ это психологическое направление, созданное на основе метода изучения и лечения неврозов.

Основано это направление легендарным австрийским психиатром и психологом ХIХ века Зигмундом Фрейдом. В центре внимания психологической теории Фрейда стоят движущие силы душевной жизни, мотивы, влечения, смыслы. На основе психоанализа разработана структурная схема психики, в которой выделены три уровня: сознательный, подсознательный, бессознательный.

«Бессознательное характеризует психические силы, находящиеся за чертой сознания. Они определяют то, как человек себя ведет. Бессознательное проявляется в поведении и психике человека — в обмолвках, описках, ошибках памяти, сновидениях, несчастных случаях, неврозах.[1]

Фрейд посвятил огромное количество своих работ изучению бессознательного в человеке. Он ввел в психологию ряд важных тем, таких как бессознательная мотивация, защитные механизмы психики, роль сексуальности в ней, влияние детских психических травм на поведение в зрелом возрасте и многие другие.

В свою очередь, сознательное это психический аспект, который индивид способен осознать. Сознательное оказывает непосредственное влияние на то, как индивид позиционирует себя в обществе. [2]

Главной особенностью теории психоанализа является то, что в человеке скрыт конфликт между его внутренними бессознательными силами, такими как либидо (половое влечение), Эдипов комплекс (сексуальное влечение к родителю противоположного пола) и социальной средой, которая диктует и навязывает ему различные законы и правила поведения.

Те законы и нормы поведения, которые навязывает ему внешняя реальность, подавляют энергию бессознательных влечений и эта энергия высвобождается в форме невротических симптомов, страшных сновидениях и других расстройствах психики.

Итак, о чем говорят основные положения психоанализа:

- Конфликты сознательного и бессознательного могут привести к неврозам, страхам, депрессиям и прочим нарушениям психики.

- Опыт, знания и поведение человека формируются на базе его бессознательных влечений.

- Индивид, пытающийся осознать эти влечения, «включает» механизмы защиты, мешающие процессу осознания.

- Влияние бессознательного можно нейтрализовать через его осознание. Психоанализ – это терапия, предполагающая решение проблемы.

Ключевая идея психоанализа сводится к утверждению, что человек не осознает собственные мотивы поведения – им необходима интерпретация. Согласно классическому психоанализу Фрейда, пациенту следует озвучить все свои мысли, ассоциации, сны. Задача психоаналитика проанализировать услышанное. Ведь психоанализ это способ выявления переживаний и действий человека, обусловленных бессознательными мотивами с целью лечения психических болезней. Широко применяется как вид терапии, вместе с гипнозом. Имеет довольно большой успех и высокую эффективность в лечении психопатологических состояний во всем мире.

В основе трудов многих ученых лежит система догм Фрейда о базовых потребностях человека. Это работы Ф.Перлза, К.Юнга. Так же если обратиться к современности, известный российский врач психотерапевт А.В. Курпатов, в своей книге «Три инстинкта», изданной в 2020 году, раскрывает свое видение концепции психоанализа, предложенного великим австрийским ученым.

Отсюда мы видим, что по стопам Фрейда пошли многие признанные психологи и мыслители, которые не только продолжали развивать его теорию, но и создали свои собственные психологические направления на основе психоанализа.

**Глава 2. Аналитическая и индивидуальная психология**

Одними из направлений в зарубежной психологии и психотерапии XX века, основанных на психоанализе З. Фрейда является направление психоаналитическое. В его центре находятся вопросы, связанные с динамическими аспектами психики (мотивами, влечениями, побуждениями, внутренними конфликтами). К данному направлению принято относить психоанализ З. Фрейда, аналитическую психологию К. Юнга, индивидуальную психологию А. Адлера.

Карл Юнг швейцарский психиатр, последователь Фрейда, создавший свое психологическое направление - **аналитическую психологию**. Юнг считал, что структура личности состоит из Эго, Личного бессознательного и Коллективного бессознательного.

Эго - сознание человека, или всё, что мы имеем в виду, когда говорим «Я». Оно состоит из ощущений, воспоминаний, мыслей.

Личное бессознательное — область бессознательного, содержащая в себе образования, прежде находившиеся на уровне сознания, но впоследствии забытые или подвергшиеся вытеснению.

Коллективное бессознательное - это наиболее глубокий уровень психической деятельности, содержащий в себе врожденный опыт прошлых поколений людей, а также животных предков.

Исследовав мифологию и фольклор разных стран и народов, Юнг пришел к выводу, что существуют определенные образы в представлениях людей, которые схожи у всех. Он назвал их архетипами. Карл Юнг считал, что именно коллективное бессознательное в виде архетипов, вобравшее в себя общечеловеческий опыт, определяют психическое развитие человека.[3]

Другое направление классического [психоанализа](https://impsi.ru/general-psychology/psihoanaliz-zigmunda-frejda/) - **индивидуальная психология,** создано австрийским психологом Альфредом Адлером, в котором поведение человека определяется в первую очередь не биологическими, а социальными факторами.

Адлер исходил из того, что ни одно проявление жизненной активности нельзя рассматривать в изоляции, а лишь только в соотношении с личностью в целом. Индивидуум представляет собой неделимое целое как в отношении взаимосвязи между мозгом и телом, так и в отношении психической жизни. По его убеждению, главное требование к индивидуальной психологии состоит в том, чтобы доказать это единство в каждом индивидууме: в его мышлении, чувствах, действиях, так называемом сознании и бессознательном, в каждом проявлении личности. Структуру единой личности Адлер определял как стиль жизни. В этой концепции более, чем в какой-либо другой, выражена его попытка рассматривать человека как единое целое. Стиль жизни – это сложившаяся в детстве система целенаправленных стремлений, в которой реализуется потребность в достижении превосходства, самоутверждении как компенсации «комплекса неполноценности». Он тесно связан с чувством общности или человеческой солидарности, связи человека с человеком, ощущением товарищества в человеческом обществе.

В основе концепции Адлера лежит представление о единой движущей силе, которая находится в основе структуры личности и направляет все ее ресурсы на достижение самой главной цели, придающей смысл всему существу личности. Такой целью, по мнению Адлера, является стремление к превосходству или самоутверждению.

Стремление к превосходству - это стремление к преодолению собственных недостатков и наиболее полному раскрытию своего потенциала.

Именно эта цель подчиняет себе все движение к более полному развитию и осуществлению, реализации нашего Я. Адлер был убежден, что данное стремление к превосходству является врожденным фактором, его следы легко можно обнаружить во всех аспектах проявления личности.

Подлинной движущей силой личности является чувство неполноценности -это переживание человека, связанное с ощущением своей ущербности, с органической и функциональной неполноценностью человека.

Таким образом, по мнению Адлера, жизнь человека определяется борьбой двух основных потребностей: потребности во власти и превосходстве и потребностью в привязанности и принадлежности к социальной группе.[4]

Мы видим, что по мере развития классического психоанализа многие идеи Зигмунда Фрейда подверглись переосмыслению его сторонниками, которые первоначально разделяли его взгляды, но со временем не только высказали критические замечания по поводу тех или иных психоаналитических концепций, но и выдвинули свои учения.

В частности, Адлер пересмотрел представления Фрейда о соотношении сознания и бессознательного, первичных влечениях человека, причинах внутриличностных конфликтов, целях психотерапии. Адлер заменил слово «психоанализ» на термин индивидуальная психология.

Юнг переосмыслил принципиальные идеи классического психоанализа и дал иную интерпретацию сексуальности, сновидений, природы и символики бессознательного, структуры личности, этиологии и лечения неврозов, религии.

**Глава 3. Гештальтпсихология**

Гештальтпсихология общепсихологическое направление, связанное с попытками объяснения прежде всего восприятия, мышления и личности. В качестве основного объяснительного принципа гештальтпсихология выдвигает принцип целостности. Гештальтпсихология обязана своим появлением немецким психологам Максу Вертгеймеру, Курту Коффке и Вольфгангу Кёлеру, выдвинувшим программу изучения психики с точки зрения целостных структур - гештальтов. Выступая против психологического принципа разделения сознания на элементы и построения из них сложных психических феноменов, они предлагали идею целостности образа. По мнению этих теоретиков, предметы, составляющие наше окружение, воспринимаются чувствами не в виде отдельных объектов, а как организованные формы.

Фредерик Перлз очень яркая и интересная фигура научного мира, открывший гештальт терапию в ее многогранном и углубленном рассмотрении. Основным положением теории гештальт терапии Перлза является идея о том, что человеческий организм имеет врожденную способность к саморегуляции, которую невозможно чем то заполнить или заменить. Поэтому основные усилия психотерапевта должны быть направлены на то, чтобы клиент делал сам собственный выбор и принимал важные решения.

В двадцатые годы прошлого столетия Перлз заинтересовался психоанализом, обучался у В.Райха и К.Хорни, последователей Фрейда. А эмигрировав в Южную Африку открыл свой институт психоанализа.

Большое влияние на Перлза оказал Карл Юнг, который верил в человеческий импульс самовыражения. Его интерпретации сновидений отличались от фрейдовских. Сновидение Юнг рассматривает не как попытку маскировки, а, напротив, как попытку выражения. Он рассматривал каждый элемент сновидения как аспект самого человека и полагал, что индивидуализация каждого требует новой расстановки этих спроецированных качеств. Перлз развил концепцию сновидений Юнга. Он стал разыгрывать с пациентом разные части его сновидения, восстанавливая многое из того, что было утрачено человеком. В дальнейшем для того, чтобы человек смог присвоить свои проективные части, гештальт терапия стала рассматривать сновидение как установление контакта с другими.

Незадолго до смерти Ф. Перлз работал над двумя книгами - «Гештальтподход» и «Свидетель терапии», изданными в 1973г. В трудах этого оригинального теоретика и практика по сей день продолжают черпать вдохновение все новые поколения психологов. [5]

**Глава 4. Гуманистическая психология**

Гуманистическая психология возникла в середине двадцатого века в США, в качестве протеста устоявшемуся в то время принципу построения психологии по стандартам естественных наук и стремилась доказать неприменимость такого подхода к человеку. Самыми яркими представителями гуманистического направления являются: Абрахам Маслоу, Карл Роджерс, Ролло Мэй, Гордон Олпорт, Виктор Франкл, Джеймс Бьюдженталь. Основу нового направления составила экзистенциальная философия, приверженцы которой стремились познать само существование человека. Среди них было множество известнейших философов и писателей.

Психологическое консультирование, основанное на гуманистическом направлении, имеет свои особенности. Главной целью терапии становится личностный рост клиента, основанный на стремлении к самоактуализации. Основное отличие от психоанализа в том, что психолог воздерживается от интерпретаций и не дает конкретных указаний, он отражает мысли и чувства клиента, побуждая его глубоко исследовать свои переживания. Психолог стремится быть аутентичным и придерживается безусловного отношения к клиенту и безусловного принятия всех его проявлений, стремится эмпатично понять устройство его мира.

Основным рабочим инструментом в терапии является глубокий контакт, взаимоотношения клиента с терапевтом. Психологу важно постоянно самосовершенствоваться, работать над своей личность, иметь опыт личной терапии.

Научность данного направления весьма не однозначна, и часто является предметом обсуждения среди представителей различного социокультурного общества. Не оспоримо лишь то, что очень многим приятны и близки идеи личностного роста, собственной уникальности, поиск смыслов там, где их, скорее нет. По мнению современного петербуржского психолога Валерия Плотницкого, гуманистическая психология представляет собой некий навязываемый директивный набор взглядов и систему ценностей. То есть являет собой догматичную структуру. А успех метода обуславливается тем, что люди с большим удовольствием выбирают "системы" с подобной догматичной структурой. Люди нуждаются в подобном, чем-нибудь дающим им ориентир.[6.]

Список использованной литературы и источников

1. https://www.sitnikov.com/materials/psihoanaliz-i-analiticheskaya-psihologiya/
2. <https://psylogik.ru/116-psihoanaliz.html>
3. https://impsi.ru/general-psychology/psihoanaliticheskoe-napravlenie-z-frejd-k-g-yung-a-adler/
4. <https://psychojournal.ru/psychologists/21-individualnaya-psihologiya-alfreda-adlera.html#t20c>
5. «Гештальт психотерапия», Е.В. Малинина, В.В. Колмогорова, И.В. Забозлаева, О.И. Пилявская Челябинск 2014 <http://chelsma.ru/files/misc/geshtaltpsikhoterapija.pdf>
6. . <https://www.plotnitskiy.com/>
7. Айзенк Г. Исследование человеческой психики / Почему мы ведем себя именно так / пер. с англ. – М.: Эксмо- Пресс, 2001. – 480с.
8. Берн Э. Игры, в которые играют люди. — М.: ЭКСМО-Пресс, Апрель Пресс, 2001. — 640с.
9. Курпатов А.В. «Три инстинкта», - СПб: ООО «Дом печати издательства Книготорговли "Капитал"»,2020.-288 С.