



тольяттинский
государственный
университет

Л.Ф. Чекина

ТЕОРИИ ЛИЧНОСТИ



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Тольяттинский государственный университет

Л.Ф. Чекина

ТЕОРИИ ЛИЧНОСТИ

Учебное пособие

Тольятти
Издательство ТГУ
2025

УДК 159.923(075.8)
ББК 88.3-95я73
Ч-371

Рецензенты:

д-р психол. наук, профессор кафедры «Психология развития»
Самарского национального исследовательского университета
имени академика С.П. Королева *Г.А. Виноградова*;
канд. психол. наук, доцент кафедры «Педагогика и психология»
Тольяттинского государственного университета *Т.В. Чанала*.

Ч-371 Чекина, Л.Ф. Теории личности : учебное пособие /Л.Ф. Чекина. — Тольятти : Издательство ТГУ, 2025. — 113, [1] с. : обл.
ISBN 978-5-8259-1713-9.

В учебном пособии рассматриваются основные зарубежные теории личности. В представленных теориях освещаются следующие вопросы: структура личности, развитие личности, психологические условия и их влияние на процесс становления и развития личности, защитные механизмы и стратегии, используемые личностью для ослабления тревоги и успешной адаптации к социуму, типы личности и их характеристика, показатели психологического здоровья личности и методы изучения личности.

Предназначено для студентов, обучающихся по направлению подготовки бакалавров 37.03.01 «Психология», очной и заочной форм обучения, в том числе с применением дистанционных образовательных технологий.

УДК 159.923(075.8)
ББК 88.3-95я73

Рекомендовано к изданию научно-методическим советом
Тольяттинского государственного университета.

© Чекина Л.Ф., 2025
© ФГБОУ ВО «Тольяттинский
государственный университет», 2025
ISBN 978-5-8259-1713-9

Раздел 1. КЛАССИЧЕСКИЙ ПСИХОАНАЛИЗ РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ

1.1. Психоаналитическая теория З. Фрейда

Основателем психоаналитической теории является венский психиатр З. Фрейд (1856—1939). Человеческая душа, по мнению А. Шопенгауэра, представляет тугой узел, который невозможно развязать, и впервые такую попытку сделал З. Фрейд [10]. Еще со времен Р. Декарта считалось, что все процессы, происходящие в человеке, подконтрольны сознанию. И только З. Фрейд подверг сомнению данное утверждение. Предметом изучения стала сфера бессознательного. По мнению З. Фрейда, сфера сознания представляет собой лишь небольшую «верхушку айсберга», а все остальное — бессознательное. Именно бессознательная сфера и управляет поведением человека.

В своих первых работах З. Фрейд представлял психическую жизнь как трехуровневую — бессознательного, предсознательного, сознательного.

Бессознательное — это «котел» желаний, инстинктов, влечений, угрожающих сознанию, поэтому они подавлены и вытеснены в силу запретов и табу, налагаемых обществом. Бессознательное является источником инстинктивного заряда, который придает поведению мотивационную силу и насыщает сексуальной энергией, или «либидо». В предсознательном теснятся психические переживания и образы, которые при незначительном усилии могут выйти в сферу сознания, то есть стать осознанными. Сознательное — это те ощущения и переживания, которые человек осознает в данный момент времени. З. Фрейд настаивал на том, что только незначительная часть психической жизни (мысли, чувства) входит в сферу сознания. Определенное содержание осознается лишь в течение короткого периода времени, а затем быстро погружается на уровень предсознательного или бессознательного, по мере того, как внимание человека перемещается на другие объекты, предметы и события. Бессознательное и сознательное находятся в определенном антагонизме и конфликте, так как вызваны необходимостью подавлять сексуальные влечения.

Позднее З. Фрейд в своих работах «Я и Оно», «По ту сторону принципа удовольствия» (написанные в 20-е годы XX века) предложил иную модель человеческой личности. Личность включает три основных компонента: «Оно», «Я», «Сверх-Я» или «Ид», «Эго», «Супер-эго» [10].

«Оно» (или «Ид») представляет собой самый примитивный компонент — носитель инстинктов, «бурлящий котел влечений». «Оно» не знает никаких ограничений, живет по принципу удовольствия, то есть возникшее напряжение требует немедленной разрядки и выражает себя в импульсивной, иррациональной и нарциссической манере поведения, невзирая на последствия для других и вопреки собственному самосохранению.

Инстанция «Я» (или «Эго») живет по принципу реальности и учитывает особенности внешнего мира, его свойства и отношения. Принцип реальности дает индивидууму возможность тормозить, переадресовывать сексуальные потребности до тех пор, пока не появится подходящий объект или не сложатся соответствующие обстоятельства.

Инстанция «Сверх-Я» (или «Супер-эго») является носителем моральных норм и ценностей, принятых в обществе. Данная инстанция критикует, карает, запрещает и говорит нам о том, чего мы не должны делать, а когда мы нарушаем ее предписания, наказывает нас переживанием и чувством вины.

Указанные инстанции существуют не обособленно друг от друга, а в определенной зависимости. Рассмотрим механизм работы данных инстанций. Самое трудное положение занимает инстанция «Я», так как она находится между «молотом» и «наковальней». «Я» должна принять такое решение или действие, чтобы угодить «Оно», и в то же время не противоречить «Сверх-Я». Если принимается решение противоположное «Сверх-Я», то личность начинает испытывать угрызения совести и чувство вины. Таким образом, «Я» должна служить трем властелинам: «Оно», внешнему миру и «Сверх-Я».

Требования к «Я» со стороны «Оно» и «Сверх-Я» не совместимы, и поэтому «Я» приходится постоянно находиться в ситуации конфликта и испытывать невыносимое напряжение. Ослабить

возникшее у личности напряжение возможно за счет обращения к защитным механизмам — вытеснению, проекции, регрессии, замещению, сублимации и др. Вытеснение означает непроизвольное устранение из сознания чувств, мыслей и стремлений, так как они очень болезненны. Проекция — это перенос на другое лицо своих аффективных переживаний любви или ненависти. Регрессия — это соскальзывание на более примитивный (то есть детский) уровень поведения или мышления. Замещение — это переадресование инстинктивного импульса от более угрожающего объекта (или личности) к менее угрожающему объекту. Сублимация — это запретная сексуальная энергия, перенесенная в такой вид деятельности, который приемлем как для индивида, так и для общества [10].

В теоретической концепции психоанализа основу составляет не только открытие бессознательного, но и открытие сексуального начала. Сексуальность, с точки зрения З. Фрейда, — это основной человеческий мотив. Сексуальность он понимал достаточно широко. Это все то, что доставляет человеку телесное удовольствие. Для ребенка — это прикосновения, ласки, поглаживания тела, поцелуи, обнимания, удовольствие от сосания, от освобождения кишечника, от теплой ванны и многого другого, что младенец в той или иной степени получает от матери. В детстве сексуальные чувства, очень общие и диффузные. Инфантильная сексуальность предшествует взрослой сексуальности, но никогда полностью не определяет сексуальные чувства взрослого [10].

З. Фрейд в своей концепции отвечает на вопрос о том, как происходит процесс психического развития человека. Данный процесс автор понимал как преобразование и перемещение по различным эрогенным зонам сексуальной энергии. Эрогенные зоны — это области тела, стимуляция которых вызывает удовлетворение либидинозных чувств. Практически любая часть тела может являться эрогенной зоной, но в детском возрасте таких основных зон три — это область рта, ануса и гениталий. Эти зоны последовательно становятся центром сексуальных интересов ребенка, образуя специфическую последовательность стадий его развития. На данных стадиях развития отражается и развитие основных компонентов личности — «Оно», «Я», «Сверх-Я» и их взаимовлияние.

Перейдем к характеристике стадий развития по З. Фрейду.

1. Оральная стадия — от рождения до одного года. Оральная стадия делится на две фазы — раннюю и позднюю. Ранняя охватывает первое полугодие жизни, поздняя — второе полугодие жизни младенца. Она характеризуется двумя последовательными либидонозными действиями — сосанием и укусом. Ведущая эрогенная зона на этой стадии — рот, связанный с питанием и обследованием предметов. Сосание является жизненно важным актом, прежде всего потому, что оно обеспечивает питание младенца. Младенец должен сосать материнскую грудь, иначе он просто не выживет. Но автор отмечал, что сосание доставляет младенцу удовольствие, даже если оно не сопряжено с пищевым наслаждением и насыщением, так как оно имеет самостоятельную ценность. Поэтому младенцы любят сосать свой собственный палец или какой-либо предмет, например погремушку, даже когда не голодны. Такое сосание ради удовольствия называется аутоэротическим — младенец получает удовлетворение посредством стимуляции собственного тела.

По мнению автора, первые полгода жизни ребенка являются «безобъектными». «У младенцев отсутствуют представления о других людях и предметах, имеющих независимое существование. Например, во время кормления младенец, хотя и чувствует нежность материнских объятий, но не осознает того, что мать является отдельным существом» [6, с. 314]. Младенцы хотя полностью зависимы от окружающих, однако не осознают данного факта, поскольку не имеют представлений о самостоятельном существовании других людей.

З. Фрейд описал «начальное „безобъектное“ состояние как состояние первичного нарциссизма. Термин „нарциссизм“ точно передает мысль о том, что первоначально внимание младенца направлено на внутренний мир и сфокусировано на собственном теле. Исходным нарциссическим состоянием является сон, во время которого ребенок чувствует тепло и испытывает приятные ощущения, не проявляя никакого интереса к внешнему миру» [6, с. 314].

Приблизительно со второй половины младенческого возраста начинает формироваться представление о других людях и, в частности, о матери как о необходимом человеке, но об отдельном су-

шестве. Ребенок начинает проявлять беспокойство, когда матери рядом нет или когда вместо нее рядом оказывается другой человек.

При появлении на свет у ребенка присутствует лишь только одна инстанция — «Оно», и некоторое время ребенок живет по принципу удовольствия. Но даже при самом хорошем уходе мать не всегда сразу удовлетворяет его желания, что способствует дифференциации и выделению объекта. Таким образом, различие между внутренним и внешним миром достигается на основе переживания удовольствия и неудовольствия, связанного с действиями другого человека.

Во второй половине оральной стадии у ребенка появляются зубы, и возникает неодолимое желание кусать. Действия ребенка начинают носить агрессивный характер. Мать не позволяет ребенку кусать свою грудь. Таким образом, стремление к наслаждению начинает вступать в конфликт с реальностью. С этого момента начинается дифференцироваться инстанция «Я» от инстанции «Оно». Как видим, инстанция «Я» модифицируется под прямым влиянием внешнего мира. Но в полной мере инстанция «Я» складывается на следующей возрастной стадии — анальной.

2. Анальная стадия — от одного года до трех лет. На втором и третьем году жизни ребенок концентрирует сексуальные интересы на анальной зоне. Детская сексуальность находит свое удовлетворение в овладении функциями дефекации и выделения. Перед ребенком постоянно возникает ситуация конфликта, так как он не может непосредственно удовлетворить свои желания в силу существующих социальных норм и внешних требований и зачастую ему приходится находить компромисс между стремлением к наслаждению и требованиями действительности. Ребенка в этот период активно приучают к опрятности и, прежде всего, к горшку.

Таким образом, из-за страха потерять любовь родителей и получить от них наказание ребенок вынужден подчиняться тем социальным требованиям, которые исходят от воспитывающих его взрослых. Справиться ребенку с ситуацией конфликта помогает полностью образованная инстанция «Я», которая и контролирует полностью импульсы «Оно». На этой стадии начинает формироваться и инстанция «Сверх-Я». Однако она представляет часть «Я», в которой в основном заложены авторитеты, влияние родителей

и других взрослых людей, которые играют роль воспитателей в жизни ребенка. Первоначально социальные требования выполняются ребенком только при наличии внешнего контроля со стороны взрослых, но постепенно запреты, которые идут от взрослых, становятся внутренними, то есть интериоризируются, переходят вовнутрь и начинают изнутри контролировать действия и поведение ребенка. Это и есть становление «Сверх-Я». Но в значительной степени данная инстанция складывается на следующей стадии психического развития [17].

3. Фаллическая стадия — от трех до шести лет является высшей ступенью детской сексуальности. Ведущей эрогенной зоной становятся половые органы. На данной стадии психосексуального развития ребенок зачастую рассматривает и исследует половые органы, проявляет интерес к вопросам, откуда берутся дети, и к половым отношениям.

Дети начинают испытывать сильную сексуальную привязанность к взрослым людям, прежде всего к родителям противоположного пола. Либинозную привязанность к родителям противоположного пола З. Фрейд назвал у мальчиков Эдиповым комплексом, а у девочек комплексом Электры и определил ее как мотивационно-аффективное отношение ребенка к родителю противоположного пола. Эдипов комплекс автор назвал в соответствии с древнегреческой легендой о царе Эдипе, убившем своего отца для того, чтобы жениться на собственной матери. Согласно данной легенде, мальчик испытывал настолько сильное влечение к матери, что воспринимал отца как соперника, вызывавшего у него двойственные чувства — любви, ненависти и страха.

По мнению З. Фрейда, разрешение Эдипова комплекса происходит к концу стадии под влиянием страха кастрации. Это и «вынуждает мальчика отказаться от сексуального влечения к матери и идентифицировать себя с отцом. Вытесняя свои сексуальные влечения, мальчик прячет свои сексуальные чувства к матери в бессознательной сфере. Мальчик все равно продолжает любить свою мать, но уже ограничивается проявлением своей любви социально приемлемыми формами, испытывая к ней сублимированную — высокую и чистую любовь. Он также преодолевает и чувство соперни-

чества по отношению к отцу путем аналогичного механизма вытеснения своих враждебных чувств к нему и усиления идентификации с ним. Вместо того, чтобы пытаться бороться с отцом, он стремится стать похожим на него и, таким образом заменив одно другим, получает удовольствие от ощущения себя в качестве взрослого мужчины. Мальчик словно говорит сам себе: «Если ты не можешь победить его, объединись с ним» [6, с. 321].

Окончательно преодолеть Эдипов комплекс «помогает складывающаяся инстанция «Сверх-Я». «Сверх-Я» обычно именуется совестью, внутренним голосом, упрекающим нас и вызывающим в нас чувство вины за наши дурные мысли и поступки. Иными словами, он (ребенок) принимает теперь родительские моральные запреты в качестве исходящих от самого себя, создавая внутреннюю надзирательную инстанцию, препятствующую проявлениям опасных желаний и импульсов. До тех пор, пока не сложится «Супер-эго», действуют только внешние упреки и наказания, но затем ребенок начинает критиковать сам себя, выстраивать внутренние защитные укрепления против запретных импульсов» [6, с. 321]. По аналогичному механизму разрешается комплекс Электры у девочек. Девочка увеличивает сходство с матерью и получает «символический доступ к своему отцу». Таким образом, к концу фаллической стадии все три психические инстанции уже сформированы и находятся в постоянном конфликте друг с другом [6, с. 321].

4. Латентная стадия — от шести-семи до двенадцати лет. В психологической литературе данную стадию зачастую называют латентным периодом. Латентный период означает «спящий». Он проходит относительно спокойно, так как сексуальные и агрессивные фантазии пребывают в скрытом состоянии и прочно удерживаются в бессознательном, потому что они спрятаны глубоко внутри и не слишком тревожат ребенка. Имеющейся запас энергии перенаправляется на конкретные, социально приемлемые занятия, такие как познавательная деятельность, спорт, игры, установление дружбы со сверстниками своего пола и со взрослыми за пределами семейного окружения. «Сексуальная тема утрачивает свою остроту и перестает являться причиной угрозы психическому равновесию ребенка. В этот период способность детей к самообладанию и самоконтролю поднимается на более высокий уровень» [6, с. 326].

5. Генитальная стадия — от 11-12 до 18 лет. В период полового созревания, по словам З. Фрейда, «сексуальная энергия поднимается из глубины с напором, присущим уже взрослому человеку, и угрожает повергнуть в руины все защитные сооружения, построенные к этому времени» [19]. «Эдиповы» чувства вновь грозятся прорваться в сознание, но на этот раз молодые люди, испытывающие их, являются достаточно взрослыми, чтобы осуществить их в реальности, а не только в фантазиях. На данной стадии все бывшие эрогенные зоны объединяются, и подросток теперь стремится к нормальному сексуальному общению.

На данной стадии основной задачей для подростка является «освобождение от своих родителей». Для мальчика это означает «разрыв уз с матерью и поиск собственной подруги. Он должен также разрешить проблему соперничества с отцом и выйти из-под его влияния. Аналогичные задачи стоят и перед девочкой. Она должна преодолеть зависимость от родителей и начать самостоятельную жизнь. По мнению З. Фрейда, сделать это не просто, так как детские годы формируют у ребенка сильную зависимость от родителей, и поэтому ему нелегко разорвать эмоциональную связь с ними» [6, с. 326].

На этой стадии «подросток переживает выход из „Эдиповых“ чувств на поверхность. Подростки начинают остро осознавать растущее недовольство родителем одного с ними пола. Инцестуозные чувства к другому родителю остаются в большей степени бессознательными. Подросток пытается полностью оградить себя от всех чувств и импульсов, прибегая к двум стратегиям защиты:

- к аскетизму;
- интеллектуализации.

При аскетизме подросток ограждает себя от всех плотских радостей, например, он может назначить себе строгую диету, отказаться от красивой одежды, музыки и тому подобного, от того, что он считает приятным и легкомысленным, пытается подчинить себе свое тело с помощью изнурительных физических упражнений.

При интеллектуализации подросток пытается перевести мысли о проблемах секса и агрессии в абстрактную плоскость, начинает выстраивать заумные теории о природе любви и семейных отношениях, о свободе и власти. Таким образом, создаваемые теории при-

крывают на интеллектуальном уровне процесс совладения с проблемами Эдипова комплекса» [6, с. 327].

В теории З. Фрейда представлена идея развития. Развитие он рассматривал как спонтанный естественный процесс, в котором психологические изменения обусловлены внутренними силами, в особенности — биологическим созреванием. З. Фрейд также полагал, что созревание несет с собой пробуждение мощных, не контролируемых индивидом сексуальных и агрессивных влечений, которое общество должно обуздать.

Вопросы для самоконтроля

1. Какие структурные компоненты личности предложил З. Фрейд? Раскройте механизм работы структурных компонентов личности по З. Фрейду.
2. Какие стадии психического развития выделил З. Фрейд? Дайте им характеристику.
3. Что собой представляет Эдипов комплекс и комплекс Электры? Какое значение они могут иметь для последующего развития личности?
4. Почему фаллическая стадия имеет фундаментальное значение для развития личности?
5. Какую основную задачу необходимо решить личности, находясь на генитальной стадии развития?
6. Как вы думаете, с какими проблемами, согласно теории З. Фрейда, может «столкнуться» личность в будущем при «застревании» на каждой конкретной стадии?

1.2. Фрейд о психологических механизмах защиты личности

З. Фрейд отмечал, что основная проблема человеческого существования заключается в том, чтобы справиться со страхом и тревогой, которые возникают у личности в различных ситуациях. В зависимости от того, откуда исходит угроза для Эго, выделяются три типа тревоги (страха): реалистическая, невротическая и моральная.

«Реалистическая тревога, как правило, возникает в результате реальной опасности со стороны внешнего мира: например, во время стихийного бедствия, во время встречи с опасным животным, во время проведения выпускного экзамена и т. п. Реалистическая тревога у личности стихает, как только исчезает сама угроза. Реалистическая тревога необходима, так как она обеспечивает самосохранение личности» [17, с. 128].

«Невротическая тревога возникает тогда, когда личности кажется, что ее Эго окажется неспособным контролировать инстинктивные побуждения, такие как сексуальные и агрессивные и страх сделать что-то ужасное, что повлечет за собой тяжелые последствия. Ребенок достаточно рано усваивает, что активная разрядка его либидонозных и деструктивных влечений может привести к наказанию со стороны родителей либо других значимых для него фигур. Таким образом, невротическая тревога у личности возникает перед силой и характером собственных страстей и желаний» [17, с. 128].

«Моральная тревога возникает в том случае, когда Ид стремится к активному выражению безнравственных мыслей или действий, а Супер-эго отвечает на это чувством вины, стыда и самообвинением. Моральная тревога происходит от объективного страха перед родительским наказанием, за какие-либо поступки и действия, которые не соответствуют перфекционистским требованиям Супер-эго. Инстанция Супер-эго направляет поведение личности в русло действий, которые вписываются в ее моральный кодекс. Таким образом, моральная тревога у личности возникает перед лицом собственной совести, внутренней цензуры своих идеалов и ценностей» [17, с. 128].

По мнению З. Фрейда, если личность не испытывает страха и тревоги, тогда нет необходимости в психологической защите и защитных механизмах. Если возникает ситуация обратная, то личность прибегает к психологической защите. Большинство авторов под психологической защитой понимают «специальную систему стабилизации личности, направленную на ограждение сознания от неприятных, травмирующих переживаний, сопряженных с внутренними и внешними конфликтами, состояниями тревоги и дискомфорта» [7, с. 14]. Психологическая защита «срабатывает автоматиче-

ски и тем самым снижает напряженность, улучшает самочувствие, и таким образом приспособливает человека к ситуации и уменьшает тревогу и страх у личности. Личности же, чтобы удержать свои страхи и желания „под контролем“, требуется множество сил, энергии и определенных ограничений. Значительные затраты энергии на удержание себя (личности) „в футляре“ могут ощущаться как хроническая усталость или повышение общего уровня тревожности» [7, с. 19]. В психологической защите прослеживается определенное противоречие. С одной стороны, защита направлена на снижение накапливающейся напряженности путем искажения исходной информации или соответствующего изменения поведения, а с другой — избыточное включение защит не позволяет личности осознавать объективную, истинную ситуацию, адекватно и творчески взаимодействовать с миром.

Личность, чтобы справиться с той или иной ситуацией, прибегает к использованию таких защитных механизмов, как отрицание, рационализация, проекция, вытеснение, идентификация, замещение, сновидение, сублимация, катарсис. Все защитные механизмы, во-первых, действуют на неосознанном уровне и являются средствами самообмана; во-вторых, они искажают, отрицают и фальсифицируют восприятие реальности, чтобы сделать тревогу менее угрожающей для личности.

Представим более подробно характеристику психологических механизмов.

Вытеснение является основой для более сложных защитных механизмов и обеспечивает наиболее прямой путь ухода от тревоги. Вытеснение представляет собой процесс удаления из осознания мыслей и чувств, причиняющих страдания. Вытеснение зачастую описывают как «мотивированное забывание», так как происходит исключение мотива переживания из сознания, что равносильно его забыванию. Причиной подобного забывания является стремление избегать дискомфорта, которое вызывается данным воспоминанием.

Однако же вытесненные мысли и импульсы не теряют своей активности в сфере бессознательного, и для предотвращения их прорыва в сознание личности требуется постоянная трата психической энергии. Эта непрерывная трата ресурсов Эго может серьез-

но ограничивать использование энергии для более адаптивного, направленного на собственное развитие, творческого поведения. Однако вытесненный материал может получать краткое временное удовлетворение в сновидениях, шутках, оговорках и других проявлениях. 3. Фрейд назвал это «психопатологией обыденной жизни».

Проекция — это процесс, посредством которого личность приписывает собственные неприемлемые мысли, чувства и поведение другим людям или окружению. Так, проекция позволяет человеку возлагать вину на кого-нибудь или что-нибудь за собственные недостатки или промахи. Благодаря такому механизму, как проекция, личность выносит неприязнь к собственным представлениям и состояниям наружу и перестает принимать их как свои собственные. В таком случае личность блокирует осознание своей вины, так как переносит ответственность за свои поступки на окружающих. Такая переориентация позволяет защититься от непринятия себя окружающими людьми. Приведем ситуации, подтверждающие использование личностью психологического механизма проекции: 1) ученик, плохо написавший контрольную работу по математике, мотивирует свой неуспех тем, что данную тему плохо объяснил учитель на уроке; 2) студент, не подготовившийся как следует к экзамену, приписывает свою низкую оценку нечестно проведенному тестированию или мошенничеству (списыванию) других студентов.

Психологи подчеркивают, что если личность довольно часто прибегает к использованию механизма проекции, то у нее усиливаются такие черты и качества, как гордость, самолюбие, злопамятность, обидчивость, честолюбие, нетерпимость к возражениям, тенденция к уличению окружающих и ревность. К такому механизму прибегают чаще всего неуверенные в себе, мнительные и подозрительные личности [7].

Замещение — это «защита личности от тревожащей или нестерпимой ситуации с помощью переноса реакции с „недоступного“ объекта на другой объект, более доступный, или замены неприемлемого действия на более приемлемое. Именно за счет такого переноса происходит разрядка напряжения, созданного неудовлетворенной потребностью. Данный механизм защиты связан с переадресацией реакции. Механизм замещения дает возможность справиться

с гневом, который не может быть выражен прямо и безнаказанно. Замещение может выражаться в двух формах: 1) замещение объекта; 2) замещение потребности» [7, с. 25].

Так, при замещении объекта снятие напряжения осуществляется путем переноса агрессии с более сильного, значимого объекта на более слабый и доступный объект, а в отдельных случаях на самого себя. Самый распространенный пример из жизни — когда родители отругали ребенка за какие-то действия или поступки: то он толкает свою младшую сестру, то разбрасывает ее игрушки. Аналогичный пример. Если руководитель критикует своего подчиненного, то, приходя домой, данный подчиненный реагирует на незначительные действия своих членов семьи яркими вспышками ярости и гнева. Приведенные примеры демонстрируют, что личность неосознанно замещает истинный объект враждебности менее угрожающим для себя объектом.

Замещение потребности происходит тогда, когда удовлетворение некой потребности оказывается закрытым, тогда личность ищет другой выход для ее удовлетворения. Для личности наибольшее удовлетворение от действия, замещающего желаемое, возникает в том случае, когда мотивы близки и размещены на соседних уровнях мотивационной системы.

Личность, которая прибегает к замещению как к способу психологической защиты, имеет следующие черты: импульсивность, требовательность к окружающим, грубость, вспыльчивость и реакцию протеста в ответ на критику.

При психологическом механизме рационализации личность прибегает к искажению реальности, чтобы защитить собственную самооценку. Ложная аргументация придает иррациональному поведению личности вполне разумный и оправданный характер в глазах окружающих. Таким образом, неудачные суждения, глупые ошибки, определенные промахи и неудачи могут найти оправдание при помощи психологического механизма рационализации.

В процессе рационализации происходит осознание только той части воспринимаемой информации, благодаря которой собственное поведение предстает как хорошо контролируемое и не противоречащее объективным обстоятельствам. В нем также подчеркива-

ется, что тяжелые и неприемлемые моменты в ситуации удаляются личностью из сознания, а те, которые остаются в сознании, преобразуются и осознаются уже в измененном виде [7].

Мотив поступка необязательно совпадает с причиной, предшествующей действию, поскольку оправдательные мотивы выдвигаются и осознаются после совершения действия. В этих случаях решение, как поступить, принимается бессознательно, человек не осознает стоящих за ним подлинных сил. Когда личность уже совершила поступок, тогда и возникает потребность найти для него оправдание, чтобы убедить себя и других в том, что действия совершены правильно, в соответствии с реальной ситуацией.

Рационализация может осуществляться различными способами, такими как: «1) самодискредитация (личность прибегает к самооправданию на основе снижения самооценки); 2) дискредитация жертвы (личность не испытывает к жертве жалости и продолжает ее преследовать по принципу „сам виноват“); 3) утверждение вреда во благо (личность считает, „это даже хорошо, что пока нам плохо“). Таким образом, рационализация достигается с помощью двух вариантов рассуждения: по типу „зеленый виноград“ (как лиса в басне не могла дотянуться до виноградной кисти и решила, что ягоды еще не созрели) и второй — „сладкий лимон“» [5, с. 32]. В первом случае личность основывается на понижении ценности поступка, который не удалось совершить, или желаемый результат не был достигнут. Личность утверждает, что ей этого не очень-то и хотелось, и она, по сути, отказывается от достижения цели. Подтверждением могут служить следующие высказывания. Студентка, которой не удалось поступить на лечебный факультет медицинского института, убеждает себя в том, что не очень-то она и хотела быть хирургом. Мужчина пригласил женщину на свидание, но женщина ответила отказом на его приглашение, тогда мужчина успокаивает себя тем, что она совершенно некрасива и непривлекательна.

Доказательством могут служить такие высказывания: «Я же не двойку получил, я тройку получил», «Что ты волнуешься — я же у тебя не заблудился». Или, например, полная девушка не игнорирует самого факта лишнего веса, но трактует его как показатель

женственности, а молодой человек (юноша) в аналогичной ситуации трактует вес как признак солидности.

Данный вид психологической защиты используется чаще всего той личностью, у которой хорошо развит самоконтроль и которая остро испытывает субъективное ощущение несправедливости наказания.

Одной из разновидностей рационализации является уклончивость. Что представляет собой и как проявляется уклончивость личности? Личность отказывается от обещания, которое она сделала раньше, начинает уверять уже в другой раз, что она имела в виду совсем другое. При этом данные утверждения с субъективной точки зрения говорящего считаются правдивыми, так как они высказаны личностью искренне. Хотя стоит помнить о том, что эта правда не всегда соответствует объективной реальности и истинному положению дел.

Регрессия — это возвращение к ранним «детским» формам и моделям поведения. Это способ смягчения возникшей тревоги путем возврата к более раннему периоду жизни, который был безопасен и приятен для личности. Личность, если по тем или иным причинам не может вести себя так, как требует ситуация в данный момент, то прибегает к демонстративно эгоистическому и безответственному поведению. Данный защитный механизм сдерживает чувство неуверенности в себе и страх неудачи, связанные с проявлением инициативы. Нередко родители поощряют формирование регрессивного поведения у детей, так как хотят и желают, чтобы ребенок оставался маленьким как можно дольше, и пытаются различными способами задержать его в позиции ребенка. В результате такого поведения со стороны родителей у ребенка будет складываться инфантильная позиция, а также ряд характерных особенностей в поведении — импульсивность, податливость влиянию окружающих, неумение доводить начатое дело до конца, чрезмерная потребность в подбадривании, контроле и утешении. Психологический механизм регрессии у взрослых прослеживается через выражение несдержанности, недовольства, через умение «надуться и не разговаривать с другими людьми», детском лепете, противостоянии авторитетам.

Для подтверждения проявления регрессии можно привести следующий пример, который представляют И.М. Никольская и Р.М. Грановская. Очень эмоционально и наглядно данный механизм описывается в стихотворении А. Барто «Обида» [7, с. 29–30].

Моей сестренке двадцать дней,
Но все твердят о ней, о ней:
Она всех лучше, всех умней.
Мама шепчет: «Прелесть! —
В восторге от Аленки. —
Смотрите, разделись
Мы в новые пеленки».
«Смотрите, мы зеваем,
Мы ротик разрезаем!» —
Кричит довольный папа.
И он неузнаваем.

<...>

Обиду трудно мне скрывать,
Я больше не могу.
И вот я тоже лег в кровать.
И стал кричать: «Агу!»

<...>

Тогда я лег лицом к стене,
И ждал я нахлобучки.
Вдруг мама бросилась ко мне:
«Давай возьму на ручки?»
А я в ответ: «Я не грудной!
Ты просто так побудь со мной».

Из приведенного примера видно, что «мальчик, у которого родилась сестренка, еще не может и не хочет принять новый образ своего Я и позицию старшего ребенка в семье. Поэтому он осуществляет возврат к прежней стадии своего возрастного развития, руководствуясь привычным и удобным для него образом — „маленького ребенка“» [7, с. 31].

Проявление механизма регрессии прослеживается в таких ситуациях, где «пожилая и немощная женщина пытается властно командовать своими взрослыми детьми и внуками, не осознавая, как это выглядит нелепо и нецелесообразно, или, например, где взрослый и зрелый мужчина относится к своей молодой жене как к матери» [7, с. 31].

Отрицание — это защитный механизм, когда человек отказывается признавать неприятное событие, которое произошло, или игнорирует потенциально тревожную информацию, которая несовместима со сложившимися положительными представлениями о себе или других людях, а также не соответствует сложившимся установкам. При данном защитном механизме личность не хочет видеть и слышать угрожающую информацию, то есть всячески игнорирует ее.

«Отрицание рассматривается как отказ признавать травмирующую реальность, как прием самосохранения, выстраивающий психологический барьер на пути разрушительного проникновения трагедии во внутренний мир человека, в его ценностно-смысловую сферу. Отрицание позволяет человеку перерабатывать трагическую ситуацию постепенно» [7, с. 22].

К психологическому механизму отрицания чаще всего прибегают дети, личности со сниженным интеллектом в старшем возрасте, зрелые личности в сильно травмирующих ситуациях, личности, имеющие соматические заболевания. К данному механизму защиты прибегают в основном внушаемые, а также пассивные, инертные и неинициативные личности.

Типичные ситуации, в которых прослеживается психологический механизм защиты — отрицание:

- пациент отказывается принимать информацию врача о том, что у него выявлено неизлечимое заболевание;
- ребенок отрицает смерть любимой кошки и настойчиво верит в то, что она все еще жива;
- человек отказывается верить в смерть знакомого или родственника, так как он видел его всего лишь час назад.

Реактивное образование как защитный механизм реализуется в два этапа. Вначале неприемлемый личностью импульс подавляется, а затем на уровне сознания изменяется уже на противоположный импульс. Поведение личности становится социально одобряемым, особо правильно преувеличенным. З. Фрейд писал о том, что многие мужчины, которые высмеивают гомосексуалистов, на самом деле защищаются от собственных гомосексуальных побуждений.

Сублимация — это защитный механизм, который дает возможность человеку в целях адаптации изменить собственные импульсы таким образом, чтобы их можно было выразить посредством социально приемлемых мыслей или действий. Сублимация осуществляет защиту путем перевода сексуальной или агрессивной энергии человека, избыточной с точки зрения личностных и социальных норм, в другое русло, в приемлемое и поощряемое обществом — творчество. Сублимация — «это особый способ уклонения на иной путь разрядки напряженности. Данный механизм является наиболее адаптивной формой защиты, поскольку не только уменьшает чувство тревоги, но и приводит к социально одобряемому результату» [7, с. 26]. Если личность испытывает чувство освобождения от мыслей и происходит просветление, то это и заменяет место сексуального удовлетворения. Успех сублимации зависит от степени, до которой новое поведение отвечает цели первоначального поведения.

С точки зрения З. Фрейда, сублимация рассматривается как единственно здоровая и конструктивная стратегия обуздания нежелательных импульсов, так как она позволяет Эго изменить цель и/или объект импульсов без сдерживания их проявления. Благодаря механизму сублимации происходит переработка неприемлемой информации путем замещения самого объекта (неприемлемого на приемлемый) на способ взаимодействия с ним. По мнению автора, сублимация сексуальных инстинктов послужила главным толчком для всех великих достижений в западной культуре и науке.

Примером проявления сублимации может служить рисование, которое позволяет отреагировать инстинктивные импульсы и снизить напряжение благодаря продуктивной изобразительной деятельности. Сильные неосознанные агрессивные побуждения могут быть сублимированы в социально приемлемом направлении. Так, например, каждая проведенная хирургом операция может считаться проявлением сублимации. Наличие и проявление мастурбации у юноши вызывает сильную тревогу, и для снижения данного чувства юноша прибегает к социально одобряемой деятельности — занятию спортом, в частности, такими видами, как футбол, хоккей.

Катарсис — это психологическая защита, связанная с таким изменением ценностей, которое приводит к ослаблению влияния травмирующего фактора. Изменения в структуре ценностей могут

происходить только в процессе сильного эмоционального напряжения, накала страстей. Как отмечают психологи, система ценностей достаточна, постоянна и инертна, и очень сопротивляется каким-либо изменениям до тех пор, пока не возникнут раздражения столь мощные и столь не соответствующие всей наличной системе норм и идеалов личности. В результате чего они ломают защитный барьер всех других форм психологической защиты. Катарсис несет очистительный эффект для личности. Таким образом, «катарсис, с одной стороны, это средство защиты личности от необузданных импульсов (то есть клапан, который спасает от примитивных инстинктов), а с другой — это способ создания нового направления в построении будущего у личности» [7, с. 26].

Изучение психологических механизмов в последующем продолжила А. Фрейд, и к имеющимся психологическим механизмам она добавила и «альтруистическое подчинение», хотя сам термин был предложен Э. Бибрингом. Что же представляет собой данный механизм?

По мнению А. Фрейда, данный механизм представляет собой специфическое сочетание проекции и идентификации. Поэтому, возможно, как самостоятельный механизм рассматривается в литературе недостаточно. Поскольку автор трактует этот механизм как «передачу своих собственных желаний другому человеку» и «попытку таким косвенным образом обеспечить безопасность их удовлетворения» [3, с. 73]. Этот процесс можно сравнить или «сроднить тому интересу и удовольствию, которое получает человек, наблюдая за игрой других участников, но в которой он сам ставок не делает». Для подтверждения А. Фрейд приводит примеры: «так, например, пациент, который не мог потратить на себя ни одной копейки, но делал роскошные подарки другим людям; или девушка, которая не вышла замуж по целому ряду внутренних причин и сомнений, с удовольствием включается в процесс организации замужества своей сестры или подруги; или работник, который не может защитить собственные финансовые интересы, горячо настаивает на повышении зарплаты своего коллеги по цеху» [3, с. 73–74].

В данном защитном механизме функция прослеживается двояко.

Во-первых, она «позволяет человеку проявить дружеский интерес к удовлетворению инстинктов других людей и, таким образом, косвенно, несмотря на запрет Суперэго, удовлетворить свои собственные желания. Это снижает чувство неуверенности в себе, дает возможность избежать конкурентных отношений, а также дает возможность осознать свои желания и косвенно их исполнить, через погружения в свое социальное окружение» [3, с. 74]. Это позволяет сохранить возможность быть хорошим и значимым в глазах других людей, а значит, и в своих собственных. Таким образом, альтруистическое поведение в крайних формах является, в сущности, «бегством» от ощущения собственной недостаточности и «плохости».

Во-вторых, альтруистическое подчинение «высвобождает заторможенную активность и агрессию, исходно предназначенную для обеспечения удовлетворения инстинктивных желаний в их первичной связи с самим собой» [3, с. 74]. Данная высвободившаяся агрессия направляется к объекту, который является властной фигурой, «принуждавшей человека в детстве к отказу от инстинкта». Причем в большинстве случаев замещающий объект ранее был объектом зависти. Подтверждением могут служить следующие примеры. Так, например, «женщина, разочаровавшаяся в своих способностях, сместила свое честолюбивое желание на друзей-мужчин, которые косвенно достигали в профессиональной жизни того, чего было ей самой никогда не достичь, а ее более красивые подруги делали то же самое в любви. Таким образом, ее альтруистический отказ был способом преодолеть испытываемое ею нарциссическое унижение» [3, с. 74]. По мнению автора, альтруистическое подчинение может быть реакцией на длительное нарциссическое травмирование и унижение, способом компенсации нарциссической «задетости» посредством участия в возвышении других. Личность испытывает удовлетворение, когда присоединяется к успехам других людей, которым она сочувствует и помогает.

Личность сместила свои инстинктивные желания и теперь живет их жизнью и старается максимально уйти от своих потребностей и проблем. Теперь беспокойство за свою жизнь трансформировалось, спроецировалось на других и превратилось в беспокойство за их жизнь.

Позднее психологами было доказано, что возникновение и проявление психологических механизмов защиты зависит от возрастных и личностных особенностей. Так, Р. Плутчик выстроил последовательность возникновения психологических защит с учетом возрастных особенностей и развития когнитивных процессов. С его точки зрения, «в числе первых возникают те психологические механизмы защиты, которые непосредственно связаны с такими процессами, как восприятие, ощущение и внимание, и к ним относят также отрицание и регрессию. Данные психологические механизмы считаются наиболее примитивными, и личность, которая прибегает к ним, характеризуется как наименее зрелая и эмоционально, и личностно. Затем возникают психологические защиты, связанные с процессами памяти, а именно с забыванием информации. К ним относится вытеснение. Позднее всего возникают психологические механизмы защиты, которые связаны с развитием таких процессов, как мышление и воображение. К ним относятся самые сложные и зрелые виды защит, которые связаны с переработкой и переоценкой информации, — это рационализация и реактивное образование» [7, с. 20–21].

Было также выявлено, что если личность по отношению к окружающим имеет высокую критичность, подозрительность, то ощущает собственную неполноценность, она чаще всего прибегает к защитному механизму как к проекции. Агрессивная личность, для которой характерны гнев и раздражение, в основном использует психологическую защиту как замещение и направляет реакцию агрессии на более безопасный объект. Если личность внушаемая и некритичная, то преобладающим типом защиты является отрицание. Робкая, зависимая, безынициативная, склонная к избеганию решения проблем и уходу в себя личность чаще всего защищается от страха и тревоги с помощью таких психологических механизмов, как подавление и вытеснение.

Вопросы для самоконтроля

1. Какие виды тревоги выделил З. Фрейд? Укажите причины, способствующие возникновению конкретного вида тревоги.
2. Дайте определение понятию психологической защиты личности.

3. Укажите противоречия, прослеживающиеся в психологической защите личности.
4. Перечислите все защитные механизмы с позиции З. Фрейда и укажите основные характеристики, которые присущи всем без исключения защитным механизмам.
5. Какой защитный механизм называют «мотивированным забыванием» и почему его именуют так? Обоснуйте свое мнение.
6. Раскройте психологическую сущность защитного механизма «проекция». Укажите, кто чаще всего прибегает к данному механизму защиты личности?
7. В каких формах проявляется механизм защиты «замещение»? Какие черты характерны для личности, часто прибегающей к защитному механизму замещения?
8. Что представляет собой механизм защиты «рационализация»? Как работает данный механизм у личности? Укажите способы проявления рационализации и приведите примеры в качестве подтверждения. Прибегали ли вы к механизму рационализации и в каких ситуациях?
9. Дайте психологическую характеристику защитному механизму «регрессия». Укажите возможные способы проявления регрессии у взрослых.
10. Раскройте механизм защиты личности «отрицание», приведите примеры, подтверждающие данный механизм.
11. Какой защитный механизм, с позиции З. Фрейда, является самым конструктивным для личности и почему?
12. Приведите примеры проявления сублимации.
13. Объясните, что представляет собой механизм такой защиты, как «альтруистическое подчинение»? Кто из авторов предложил данный механизм и как он проявляется у личности? Укажите, в силу каких причин личность прибегает к альтруистическому подчинению.
14. Опишите механизм появления защитных механизмов у личности в связи с учетом возрастных особенностей в процессе онтогенеза развития.

1.3. Психологические механизмы защиты у детей

Многие психологические механизмы защиты у детей совпадают с психологическими механизмами взрослых, к ним относятся замещение, вытеснение, регрессия, сублимация. Психологами и психиатрами также выделяются сугубо детские защитные механизмы, такие как отказ (пассивный протест), оппозиция (активный протест), имитация, компенсация и эмансипация [12].

Представим их краткую характеристику.

Такой вид психологической защиты, как замещение возникает и проявляется достаточно рано. Этот вид защиты тесно связан с развитием детских игр и ролью игрушек в нормализации психического равновесия ребенка в трудных и сложных ситуациях. Так, взяв в руки игрушку, например куклу либо какую-то иную игрушку, ребенок может позволить ей говорить и делать все то, что ему самому запрещено: ругаться, драться, высмеивать и наказывать других, быть властным и агрессивным [7, с. 39].

Замещение позволяет сместить и выпустить не только агрессию, но и «проработать собственные чувства и освободиться от груза своих эмоций. С помощью такого механизма ребенок имеет возможность поговорить о своих проблемах. Рассказ ребенка — это простейшая форма замещения, ведь рассказать — это значит что-то сделать. Таким образом, у говорящего ребенка появляются две возможности: что его услышат окружающие, и сам он выслушает себя. Взрослый в такой момент окажет ребенку поддержку в процессе активного слушания, и даст возможность выговориться и освободиться от имеющейся проблемы» [7, с. 39].

У детей наблюдается также вытеснение. Так, провинившемуся ребенку неприятно вспоминать об этом событии, и он хочет его вытеснить из сознания. Но если это событие кто-то из окружающих вспоминает, то и ребенок вынужден его вспомнить. В этом случае ребенок начинает заменять реальные факты вымышленными событиями именно так, как хотелось бы ему, чтобы было согласно его фантазиям. Ребенок пытается вытеснить из сознания непривлекательные особенности и события. Психологи выявили такую особенность, что дети, которые имеют лишний вес, обычно при рисовании человека ограничиваются только рисованием головы и прорисов-

кой деталей лица. Таким образом, они снижают интенсивность психической травмы.

Регрессия — это возвращение к ранним «детским» формам и моделям поведения. К данному механизму чаще всего прибегают дети, когда в семье появляется младший братик или сестренка. Старший ребенок, как правило, начинает капризничать и подражать поведению младшего ребенка: берет соску и сосет ее, начинает часто плакать, имитирует «корявую» детскую речь. Ребенок подсознательно полагает, что именно за такое поведение взрослые любят малыша. А для ребенка в данный момент звучит основной вопрос: «Каким надо быть, чтобы родители меня любили?».

Отказ (пассивный протест) — это «самая ранняя форма психологической защиты. В основе данной защиты лежит невозможность удовлетворить основные базисные потребности в безопасности и защищенности. При отказе ребенок отстраняется от общения с близкими людьми, также отказывается от игр, пищи, и даже уходит из дома» [7, с. 31].

Так, И.М. Никольская и Р.М. Грановская указывают на то, что такая реакция возникает у ребенка в следующих случаях: если его внезапно оторвали от матери, семьи, от привычной группы сверстников либо поместили в санаторий, больницу, в детский сад. Значительно реже пассивный протест складывается в семьях, где со стороны родителей по отношению к ребенку проявляется недостаточно заботы, внимательности и заинтересованности. Ребенок, недополучивший ласки и эмоциональности, при взаимодействии с родителями постепенно становится неконтактным. Нередко пассивному протесту способствуют и такие причины, как пренебрежительное и деспотичное отношение к ребенку со стороны родителей, физические наказания, семейные конфликты, предпочтение других детей в семье, завышенные требований к ребенку, предвзятое отношение, несправедливые замечания [7].

Оппозиция — это уже «активный протест ребенка против норм и требований взрослых, и наблюдается он, как правило, при утрате или снижении внимания со стороны близких» [7, с. 32]. В свое время З. Фрейд указывал на то, что «когда младенец не может удовлетворить свою потребность в удовольствии за счет поглощения пищи,

то становится очень требовательным и агрессивным: он начинает кусать материнскую грудь или сосать замещающий ее объект — собственный палец» [7, с. 32–33].

Активный протест — это реакция на недостаток тепла и любви и призыв к окружающим вернуть эту любовь. Чаще всего «оппозиция (или активный протест) провоцируется обидой, неудовлетворением капризов, просьб и желаний, и развивается остро и бурно.

При активном протесте поведение может быть следующим:

- ребенок плачет, кричит, падает на пол и стучит ногами;
- ребенок размахивает руками, стремится ударить, ущипнуть, цапается, отталкивает от себя взрослых; либо, наоборот, хватается и тянет их за волосы, одежду;
- ребенок выкрикивает свои требования, бранные слова, угрозы.

Нередко дети в таком состоянии способны разрушить все, что им попадается на их пути, нападают на своих обидчиков и виновников, которые вызвали у них такие тяжелые переживания. Иногда реакция оппозиции накапливается и развивается у ребенка медленно и проявляется через такие действия и поступки, как повреждение и уничтожение вещей обидчика, нанесение ему физических повреждений или оскорблений, использование наговоров, в мучении животных» [7, с. 33]. Зачастую ребенок может притворяться больным, прогуливать занятия в школе и даже убегать из дома, руководствуясь принципом «чем хуже, тем лучше» [7, с. 33]. Такие реакции наиболее характерны для дошкольников и младших школьников. В подростковом возрасте реакция оппозиции проявляется в непонятных кражах, преувеличенном интересе к алкоголю, наркотикам и использовании самооговоров и демонстрации распутного поведения.

Реакция оппозиции возникает чаще всего в таких случаях:

- при рождении младшего брата или сестры;
- при появлении в доме мачехи или отчима.

Имитация — это «незрелая форма идентификации. Незрелость обнаруживается в выраженном стремлении подражать конкретному лицу, любимому герою во всем. Нередко имитацию рассматривают как процесс эмоционального и иного самоотождествления человека с другим человеком, группой, образцом» [7, с. 33–34]. Идентификация в большинстве случаев понимается как бессозна-

тельное отождествление себя с другим человеком, перенос на себя признаков, чувств и качеств — желаемых, но недоступных.

«Для дошкольников и младших школьников характерно либо глобальное принятие кого-либо, либо глобальное отрицание кого-то, то есть положительная или отрицательная имитация. Для детей в качестве образцов для имитации выступают родители и их поведение, а также подростки и взрослые из ближайшего окружения, педагоги и воспитатели. Хотя для каждого возрастного периода всегда есть свои значимые и предпочитаемые фигуры. В основном в качестве модели для имитации оказывается тот, кто больше преуспел в удовлетворении своих потребностей, чем сам ребенок» [7, с. 34].

Имитация у взрослых более избирательна. И, как правило, взрослый выделяет какую-то отдельную черту или качество у другого человека, которое вызывает у него восхищение. И данному качеству пытается подражать. Эмоциональное отношение к предмету подражания у взрослого несколько сдержаннее, чем у ребенка [7, с. 34].

Имитация, как и любой защитный механизм, направлена на снижение внутреннего напряжения. Так, И.М. Никольская и Р.М. Грановская отмечают, что «дети, отвергнутые родителями, склонны во всем имитировать их поведение в надежде вернуть их любовь, а подростки, стремящиеся стать членами подростковой группы, — во всем имитировать групповое поведение» [7, с. 36]. К тому же пример для подражания ребенок или подросток обычно выбирает не сам, он диктуется извне социальной средой.

Компенсация — это «реакция, с помощью которой ребенок стремится восполнить слабость и неуспех в одной области успехами в другой. Можно предположить, что именно в реакции компенсации начинают складываться предпосылки проявления рационализации» [7, с. 36]. Примеров проявления компенсации достаточно много: например, ребенок, у которого плохая успеваемость в школе, часто является самым лучшим драчуном в классе, или, наоборот, ребенок, который плохо учится, является самым дисциплинированным и послушным учеником. Для девочек наиболее характерно смещение сферы компенсации, когда неуспешность в обучении заменяется физической привлекательностью, и часто можно услышать: «Ах, какая глупая, зато посмотри, какая красавица» и т. п. Наиболее подробно процесс и виды компенсации описал А. Адлер.

Эмансипация — это защитный механизм ребенка, который направлен на борьбу за самоутверждение, самостоятельность, независимость и свободу. Данный механизм позволяет ребенку освободиться из-под контроля и покровительства взрослых, прежде всего родителей. Эмансипация достаточно длительный период считалась сугубо подростковой реакцией, однако в результате последних исследований психологи пришли к выводу о том, что она стала прослеживаться на более раннем возрастном этапе развития. Психологи нашли объяснение данному явлению. И обусловлено оно тем, что взрослые предъявляют к ребенку необоснованные претензии, чрезмерные требования и запреты, которые зачастую не соответствуют возрастным особенностям и возможностям ребенка. А ребенок, в свою очередь, начинает воспринимать окружающий мир как источник угрозы. Прибегая к механизму эмансипации, ребенок отрабатывает на себе способы поведения, черты характера, права и возможности взрослых.

Вопросы для самоконтроля

1. Какие защитные механизмы встречаются и у детей, и у взрослых, а какие механизмы считаются сугубо детскими?
2. Обоснуйте, какой защитный механизм появляется в онтогенезе развития личности ранее всего?
3. Кто из исследователей подробно изучил и описал защитные механизмы у детей?
4. Какие причины вызывают пассивный протест и активный протест у ребенка? Приходилось ли вам наблюдать в реальности активный протест ребенка? Опишите психологическую картину данного явления.
5. Раскройте имитацию как форму психологической защиты личности. В чем прослеживаются отличительные особенности имитации у детей и взрослых?
6. Какой защитный механизм выступает своеобразной предпосылкой для возникновения рационализации у детей?
7. Дайте характеристику защитному механизму эмансипации. Какие причины способствуют возникновению эмансипации на более раннем возрастном этапе развития личности?

Раздел 2. НЕОФРЕЙДИЗМ И ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ

2.1. Аналитическая теория личности К. Юнга

Карл Густав Юнг (1875—1961) был практикующим врачом, и его интересовали процессы внутреннего роста и исцеления личности. Он является автором аналитической теории личности. К. Юнг утверждал, что личность состоит из трех отдельных, но взаимодействующих структур: Эго, личного бессознательного и коллективного бессознательного.

Эго — это компонент личности, который включает в себя все мысли, чувства, воспоминания и ощущения, благодаря которым личность чувствует свою целостность, постоянство и воспринимает себя как человек. Эго является основой нашего самосознания, и благодаря ему мы способны видеть результаты своей сознательной деятельности.

Личное бессознательное — это компонент в структуре личности, включающий в себя конфликты, воспоминания, которые когда-то осознавались личностью, а теперь забыты и подавлены. Можно говорить о том, что данному компоненту не хватает яркости и эмоциональности, чтобы быть в сознании. Содержание компонента личного бессознательного у каждой конкретной личности свое, уникальное, но в то же время оно доступно для осознания и может оказывать очень сильное влияние на жизнь конкретного человека.

Коллективное бессознательное — это самый глубокий слой в структуре личности. Оно представляет собой «хранилище латентных следов памяти человечества и даже наших человекообразных предков». В коллективном бессознательном содержатся мысли и чувства, общие для всех человеческих существ. Это также результат всего эмоционального прошлого опыта человека. Сам К. Юнг отмечал, что коллективное бессознательное — это воздух, которым мы дышим, но не знаем, кому он принадлежит. Содержание коллективного бессознательного складывается благодаря наследственности, и оно одинаково для всего человечества.

К. Юнг подчеркивал, что коллективное бессознательное состоит из архетипов. Архетипы — это врожденные идеи или воспоминания, которые побуждают людей воспринимать, переживать и реагировать на события определенным образом. Врожденной является тенденция реагировать одинаково эмоционально, когнитивно и поведенчески на конкретные ситуации. Например, при неожиданной встрече с любимым человеком мы радуемся и всем своим поведением это демонстрируем; с неприятным человеком мы отводим взгляд и всячески пытаемся не смотреть на этого человека, делаем вид, что мы его не знаем и не видим; при встрече с незнакомцем демонстрируем всем поведением безразличие к этому человеку; в ситуации опасности при стихийном бедствии спасаемся бегством и т. п.

Архетипов, которые составляют коллективное бессознательное, значительное множество, но среди них есть основные — это Персона, Тень, Анима и Анимус, Самость.

Персона или Маска — это те состояния личности, которые она демонстрирует миру, с которыми отождествляется, при этом забывая о том, что в душе имеет неисчислимы богатства. Как правило, личность отождествляет себя с профессией, разнообразными социальными ролями, такими как роли матери, отца, ребенка, робкого и застенчивого человека или «развязанного» и наглого человека, со своими принципами, определенными взглядами и правилами общения. Таким образом, мы создаем некий образ себя, некую маску, которой пытаемся соответствовать в жизни. Вначале мы добровольно создаем маску, а потом она уже начинает управлять нашим поведением. Созданная персона начинает мешать личности радоваться по-настоящему, испытывать истинные эмоции, быть самой собой и быть свободной.

Тень содержит социально неприемлемые сексуальные и агрессивные импульсы, аморальные мысли и страсти. Тень — это архетип, олицетворяющий те личностные черты, которые отрицаются и игнорируются. Тень обладает такими качествами и чертами, как подлость, коварство, угодничество, наглость, беспринципность, и другими. Именно Тень очень хорошо знает сущность самого человека. По мнению К. Юнга, наиболее ярко Тень проявляется в сновидениях и сказках в виде образов необычного чудовища,

маньяка, странного животного, но может быть и в образе человека, однако одинаково неприятного, злого, вызывающего отвращение и презрение.

Таким образом, отвергаемые нами качества не могут исчезнуть из нашей жизни, они просто переходят в область бессознательного, где персонифицируются в виде Тени. Когда в жизни человека возникает какая-либо проблема и сознательных ресурсов для ее решения не хватает, то возникает необходимость обратиться к своей Тени.

Как указывал К. Юнг, в Тени заложены не только негативные, но и положительные составляющие, которые проявляются в активности, спонтанности и в творческом начале личности.

Основная задача Эго состоит в том, чтобы обуздать и направить в нужное русло энергию Тени и жить в гармонии с другими и самим собой, наслаждаться здоровой и творческой жизнью.

Анима или Анимус — это архетип, который представлен фигурой противоположного пола и обусловлен врожденной андрогинной природой человека. «Анима» в переводе с латинского — это душа, а «Анимус» — это дух или ум. Таким образом, Анима — это отражение женщины в бессознательном мужчины, а Анимус — отражение мужчины в бессознательном женщины. Так, женщина, исследуя свое бессознательное, может увидеть проявление таких качеств, как напористость, решительность, твердость и силу, и др. Данные качества непосредственно считаются истинно мужскими качествами. Мужчина при изучении своей души может разглядеть в ней мягкость, нежность, ранимость, уступчивость, покладистость. Данные качества являются сугубо женскими качествами. Хотя это, конечно, очень упрощенная интерпретация архетипа.

К. Юнг подчеркивал, что Анима и Анимус должны быть выражены гармонично и не нарушать общего баланса, что и позволит не тормозить развитие личности в направлении самореализации. Следовательно, мужчина должен выражать свои феминные качества наряду с маскулинными, а женщина должна проявлять свои маскулинные качества наряду с феминными. Если же данные качества у личности не будут проявляться, то в этом случае личность будет функционировать односторонне.

Самость — это самый важный архетип в теории личности К. Юнга. Данный архетип автор назвал «Богом внутри нас». Роберт Робертсон определяет самость как некий внутренний образец той личности, которой нам предначертано стать. Самость является самым высшим из архетипов, наиболее далеким от сознания, поэтому ее труднее всего понять и интерпретировать. Самость существует как невидимая, но мощная сила в нашей жизни, она и управляет нашей жизнью. Самость старается привести нас в состояние целостности, в состояние единства со всеми и всем. Когда личность начинает сознательно выходить на «встречу» с самостью, то начинает ощущать в себе все больше сил, веры, преобразования, радости бытия. Личность превращается в истинного творца своей жизни.

Таким образом, самость есть сердцевина личности, вокруг которой объединяются все другие элементы личности, и развитие самости есть главная цель человеческой жизни.

К. Юнг, изучая личность, выделил две основные направленности или жизненные установки — экстраверсию и интроверсию. Обе эти установки существуют в личности одновременно. Но, как правило, одна из них доминирует, что и позволяет говорить об экстраверсии или интроверсии. При экстраверсии личность направлена на внешний мир — на людей и предметы. Для такой личности характерны такие проявления, как подвижность, коммуникабельность, легкость в установлении контактов и привязанности, подверженность воздействию внешних факторов среды, уверенность в себе в широком спектре ситуаций, социальная приспособляемость и высокая адаптивность. Личности присущи также деятельность, инициативность, стремление высказывать все, о чем думает, склонность к риску. А если отношения не сложились, она легко расстается с людьми.

Для интровертов характерны следующие проявления: направленность во внутренний мир своих мыслей, чувств, опыта. Такие люди склонны к созерцательности и самонаблюдению, сдержанны, стремятся к уединению, некоммуникабельны, плохо адаптируются к внешней среде, не уверены в себе, не поддаются внешним влияниям, их интерес сосредоточен на самом себе. Они задумчивы, молчаливы и внешне спокойны, однако не любят неожиданных визитов, но и сами их не делают, хорошо работают в одиночку.

К. Юнг подчеркивает, что обе эти направленности присутствуют и находятся в оппозиции друг к другу. Если одна проявляется как ведущая и рациональная, то другая выступает в качестве вспомогательной и иррациональной. Доминирующий тип реакции личности зависит от конкретной ситуации. Так, например, интроверт может оказаться достаточно гибким в ситуации, где затрагиваются его интересы.

Для каждого типа существует определенная опасность. Так, интроверт может потерять контакт с внешним миром, а экстраверт может потерять самого себя, то есть раствориться в других. Личность, как правило, разделяет сферы влияния: в обществе (то есть в широком кругу) и в семье (то есть в узком кругу). Так, например, в обществе личность может строить отношения с широким кругом людей, учитывать их мнения, интересы, потребности, а в кругу семьи она может раскрываться как интроверт — быть деспотичной, нетерпливой, не считаться с мнениями других, настаивать на своем. Либо, наоборот, личность в обществе избегает контактов и уходит от них, а в семье демонстрирует мягкость, заботливость, внимательность.

Но совершенно неправильно думать, что экстраверты — люди общительные, а интроверты — малообщительные. Интроверт может быть совершенно открытым, компанейским, веселым, но только в хорошо знакомой обстановке, где все отношения он уже прояснил благоприятным для себя образом. В таких случаях он с удовольствием вылезает из своей раковины, не опасаясь неожиданных для себя неприятных воздействий.

Личностные различия прослеживаются не только в направленности, но и в преобладании у личности тех или иных психологических функций: мышления, чувства, ощущения и интуиции. Благодаря данным функциям личность ориентируется как во внешнем, так и во внутреннем мире. К тому же мышление и чувства образуют рациональный уровень восприятия мира, поскольку включают в себя причинно-следственные суждения, а ощущения и интуиция — нерациональный уровень восприятия мира, так как они исключают понятие причины. В конкретный момент времени из каждой пары функций, доминирует какая-то одна психологическая функция.

Согласно преобладанию той или иной психологической функции выделяются следующие типы личности: мыслительный, эмоциональный (чувствующий), осязающий, интуитивный.

Теперь представим их краткую характеристику.

Мыслительному типу личности присущи следующие особенности:

- ориентирован на систему, структуру, закон и порядок;
- любит все анализировать и устанавливать логический порядок во всем;
- в интересах дела может быть требовательным и игнорировать при этом чувства других людей;
- всегда пытается доказать свою правоту (что в данном случае правильно или неправильно, либо рационально или нерационально);
- чувства у него достаточно устойчивы, медленно меняются, и ему трудно говорить о них;
- не любит выяснять причины ссор и недоразумений;
- не обсуждает темы личной жизни, а также личную жизнь своих коллег.

Эмоциональному (чувствующему) типу личности присущи следующие особенности:

- хорошо разбирается в людях и их настроениях;
- способен воздействовать на других людей своим настроением, но и сам легко поддается таким воздействиям;
- решения зачастую принимает под влиянием симпатий и антипатий как собственных, так и чужих;
- старается убедить в своей правоте, насколько это честно или нечестно, порядочно либо непорядочно;
- любовь для него — самое важное чувство в мире, и понимается оно как сознательное творчество партнеров;
- обидчив и может использовать чувство обиды как средство воздействия;
- идет на компромиссы, чтобы сохранить хорошие отношения;
- часто говорит окружающим комплименты.

Ощущающему типу личности присущи следующие особенности:

- живет по принципу «здесь и теперь»;
- видит и ощущает все, что происходит вокруг;
- быстро ориентируется в любой обстановке;
- уверен в себе, является реалистом, не любит пустых фантазий (не спешит начинать дело, если оно не сулит практических результатов), а также очень деятелен;
- предпочитает многое делать своими руками.

Интуитивному типу личности соответствуют следующие особенности:

- в основном размышляет о том, что было либо что будет;
- проявляет беспокойство о будущем и старается уже сейчас подумать о будущем, многое старается запасти впрок, так, например, копит деньги на старость;
- проявляет интерес ко всему новому, даже если это не сулит практической выгоды;
- работает нестабильно, в основном «вспышками», предпочитает решение разнообразных задач;
- склонен к колебаниям и сомнениям;
- тяготеет в большей степени к теории, чем к практической деятельности.

Вопросы для самоконтроля

1. Какова структура личности с позиции К. Юнга?
2. Представьте психологическую характеристику всех структурных компонентов с точки зрения К. Юнга.
3. Дайте определение понятию «архетип». Перечислите основные архетипы и представьте их психологическую характеристику.
4. Основные направленности личности, выделяемые К. Юнгом, и их психологическая характеристика.
5. Какие проблемы могут возникать у интроверта и экстраверта?
6. Какие типы личности выделил К. Юнг, исходя из психологических функций?
7. Охарактеризуйте мыслительный тип личности.
8. Охарактеризуйте эмоциональный тип личности.

9. Опишите интуитивный тип личности и его характерные особенности.
10. Опишите ощущающий тип личности и его характерные особенности.
11. Используя метод самоанализа, изучите свою личность и определите, к какому типу личности вы относитесь с точки зрения учения К. Юнга?

2.2. Индивидуальная теория личности.

Учение А. Адлера

Альфред Адлер (1870—1937) едва ли не самый популярный после З. Фрейда человек в психоаналитическом движении. Это психолог, педагог, общественный деятель. Он является автором собственной версии психоанализа — индивидуальной психологии, с помощью которой пытался реформировать систему воспитания. А. Адлер основывает специальные клиники, в которых врач лечит, воспитывает и просвещает. В данных клиниках проводились совместные консультации детей, родителей и педагогов в присутствии большой аудитории. Данные консультации должны были показать ребенку, что взрослые серьезно интересуются им и что волнующие его проблемы взросления являются общественно значимыми. Такие клиники и центры создавались активно. И к 1929 году в Вене их насчитывалось 28. А. Адлер принимает активное участие в реформе образования, проводимой первым правительством Австрийской Республики. Однако рост фашистских настроений приводит к свертыванию воспитательных программ, построенных в либеральном духе. И уже в 1936 году центры, открытые А. Адлером, были закрыты.

Хотя А. Адлер и был учеником З. Фрейда и первоначально поддерживал своего учителя, но постепенно их взгляды стали расходиться, что привело их позже к разрыву отношений.

А. Адлер не соглашался с З. Фрейдом по следующим положениям:

- во-первых, в сущности трактовки бессознательного;
- во-вторых, считал, что бессознательное является в значительной степени самодостаточным компонентом в структуре личности;

- в-третьих, Эдипов комплекс является не универсальным, а скорее результатом деформации семейных отношений;
- в-четвертых, поведение человека определяется не биологическими факторами, а межличностными отношениями;
- в-пятых, не соглашался с методами терапии.

Терапия, по мнению А. Адлера, — это воспитание там, где человек уклоняется на ошибочный путь. Терапевт должен понять не отдельную причину психической травмы, а весь жизненный стиль пациента, способ решать жизненные проблемы. Не столько внешняя причина служит источником психических отклонений, сколько неадаптированность человека к обществу, и как результат, применение неподходящих «технологий», коммуникативной культуры.

Индивидуальная психология А. Адлера с большой осторожностью относится к схемам, классификациям, типологиям личности. Индивидуальная психология не предлагает свода правил лечения для типичных случаев. Каждый случай лечения, как и каждый случай общения людей, рассматривается как индивидуальный и неповторимый. Общие правила — это только лишь вспомогательные средства. С позиции автора, успех лечения зависит от психологической гибкости терапевта, верности здравому смыслу, умений учитывать нюансы в каждом конкретном случае.

Рассмотрим основные идеи теории А. Адлера. К ним относят: чувство и комплекс неполноценности, стремление к компенсации, социальное чувство.

Чувство неполноценности — это нормальное, естественное для человека чувство. Адлеру принадлежит афоризм «чтобы быть полноценным, надо обладать комплексом неполноценности». Таким образом, чувство неполноценности не следует понимать как нечто патологическое, указывающее на болезнь и ущербность личности. Чувство неполноценности следует рассматривать как движущую силу в развитии личности, как стимул психического развития. Чем сильнее выражено чувство неполноценности, тем сильнее стремление его преодолеть, тем сильнее стремление к превосходству, к власти над окружающими людьми. Чувство неполноценности позволяет личности развиваться и переводить «минусы» в «плюсы».

По мнению А. Адлера, существуют различные формы неполноценности — возрастные, половые, экономические, политические и моральные. Возраст — это главный источник неполноценности. Ребенок долгое время зависит от взрослых и должен им подчиняться, искать у них помощи. Детские отношения — это наличие борьбы, эгоизма, напряжения. Именно в детском возрасте даются различные прозвища: «Толстяк», «Блоха», «Косой» и т. п. Детство длится долго, и чувство сохраняется в душе на всю жизнь даже у успешных людей, не говоря уже о неудачниках. Чувство неполноценности усиливается у ребенка при переходе на следующую возрастную стадию развития. Чувство неполноценности особенно увеличивается в подростковом возрасте, и обусловлено это тем, что подросток вступает в общественную жизнь, где нет родительской опеки, где надо проявлять ум, осведомленность, силу, вести борьбу за престиж и лидерство в группе и за успех у противоположного пола. Поражение подростка в данных сферах и создает чувство неполноценности.

Половые отношения также формируют у молодых людей чувство неполноценности. С позиции А. Адлера, оба пола физиологически и психологически равноценны, и это должно быть незыблемым принципом воспитания. Неравенство полов автор объясняет неравенством социальных ролей мужчин и женщин и различием культурных требований к мужскому и женскому поведению. Протест против униженного положения, связанного с полом, А. Адлер называл «мужским протестом» и подчеркивал, что он может прослеживаться как у юношей, так и у девушек. Юноша особенно боится, что его назовут «тряпкой», «девчонкой» и т. п. Мужчина испытывает сомнения по поводу того, достаточно ли у него мужских качеств — отваги, мужества, выносливости, силы воли.

Чувство неполноценности может возникать в связи с материальным положением личности, а также с наличием власти и безвластия, высокой и низкой квалификацией.

По утверждению автора, не всегда чувство неполноценности является движущей силой личности. Иногда чувство неполноценности может перейти в комплекс неполноценности. Комплекс неполноценности — это преувеличенное чувство собственной слабости

и несостоятельности. Что же способствует возникновению комплекса неполноценности, какие причины его вызывают? Основные причины, способствующие развитию комплекса неполноценности, — неполноценное развитие органов, чрезмерная опека со стороны взрослых, отвержение ребенка родителями. Именно данные причины могут привести к возникновению у личности неврозов в зрелые годы.

А. Адлер неоднократно подчеркивал, особенно в последних своих работах, что комплекс неполноценности — это не обязательно фактическая неполноценность, так как критерии полноценности и совершенства условны и зависят от культуры. Это скорее идея или ощущение личностью чувства, которое привлекает к себе внимание, требует объяснения, вызывает приток сил и служит импульсом к действию.

Как уже отмечалось, чувство неполноценности порождает у личности стремление к превосходству. А. Адлер указывал на то, что стремление к превосходству является фундаментальным законом человеческой жизни. Это «потребность возвыситься от минуса до плюса, от несовершенства к совершенству», чтобы смело встречать жизненные проблемы, и это стремление является врожденным. С рождения данное стремление существует в виде теоретической возможности, а не в реальной данности, но его необходимо развивать, если личность хочет реализовать человеческий потенциал. Каждая конкретная личность стремление к превосходству осуществляет своим собственным путем, а начинается оно в детстве, примерно в возрасте 5 лет, и прослеживается через стиль жизни.

Изучая стремление к превосходству, автор выделил и ряд специфических особенностей, характерных для данного процесса:

1) стремление к превосходству есть единый фундаментальный мотив, а не комбинация отдельных побуждений;

2) стремление к превосходству по своей природе является универсальным, общим для всех людей как в норме, так и в патологии развития;

3) стремление к превосходству может принимать как конструктивное, так и деструктивное направление. Так, деструктивное направление прослеживается у личности со слабой способностью

к адаптации. Такая личность озабочена достижением собственного превосходства за счет других людей. При конструктивном направлении личность стремится к превосходству, но ее достижения соотносятся с благополучием других людей;

4) стремление к превосходству сопряжено с большими энергетическими тратами и усилиями со стороны личности;

5) стремление к превосходству проявляется как на уровне конкретного человека, так и на уровне общества [17].

Важным положением в теории личности А. Адлера является компенсация и ее виды. Он выделяет следующие виды компенсации — полную (реальную), неполную, сверхкомпенсацию, мнимую (невротическую).

При реальной (полной) компенсации личность успешно адаптируется к своей социальной роли, вырабатывает более или менее эффективные технологии поведения в быту, в семье, на работе и в кругу друзей. При полной компенсации у личности имеются:

- во-первых, достаточный «запас упорства» для стремления к превосходству и власти;
- во-вторых, развитый социальный интерес, проявляющийся в способности интересоваться делами других людей, и принимать участие в их жизни;
- в-третьих, возможность удовлетворительно решать проблемы в профессиональной, коммуникативной и любовно-супружеской сферах жизни.

Особого внимания данному виду компенсации автор не уделял, поскольку нормальные дети и взрослые, которые идут своим путем — простым или сложным, находят осуществимую цель в жизни; их энергия к стремлению превосходства тратится с пользой, а их чувство превосходства заслуженное и серьезных проблем не вызывает.

Неполная компенсация в основном прослеживается у людей с физическими недостатками, но они не чувствуют своей ущербности и отгороженности при помощи других людей, поддерживающих с ними контакты.

Сверхкомпенсация — это компенсаторный механизм личностей, которые не только компенсировали свой недостаток, но и пре-

успели в определенном виде деятельности. Для достижения сверхкомпенсации личность придает особое внимание слабому органу и упорно его тренирует, что в последующем приводит к выдающимся результатам. Такой результат бывает редко и только при стечении благоприятных обстоятельств. Хрестоматийными примерами являются великий оратор Греции Демосфен, который в детстве заикался, но в последующем стал одним из самых выдающихся ораторов в мире; Теодор Рузвельт, слабый и болезненный в детстве (он страдал остеомиелитом), приобрел образцовую физическую форму как для взрослого человека вообще, так и для президента Соединенных Штатов Америки.

Даже жизнь самого А. Адлера может служить примером сверхкомпенсации. Как известно, А. Адлер «на собственном опыте познал, что такое органический дефект, так как страдал одной из форм рахита и не ходил до четырех лет, а начав ходить, заболел тяжелой формой пневмонии. Его жизнь висела на „волоске“. Так как он нетвердо стоял на ногах, поэтому несколько раз попадал в уличные катастрофы» [7, с. 37]. В школе поначалу успевал плохо, но, собрав волю в кулак, напряженно работал и стал лучшим учеником в классе. Он испытывал много страхов, боролся с ними. Так, однажды он сознательно отстал от своих сверстников и пробежал через кладбище туда и обратно дюжину раз, пока не овладел своим страхом. Вместо того чтобы замкнуться в своем болезненном мире, он принимает решение стать врачом [7].

Таким образом, во всех приведенных примерах четко прослеживается характерная тенденция таких людей — стараться обратить свои знания и умения на пользу другим людям. Но происходит это при условиях развитого чувства общности, отсутствии агрессии против других, при осуществлении стремления к превосходству. При сверхкомпенсации может наблюдаться и иная картина. Если у личности недостаточно развито чувство общности, то начинает складываться комплекс власти, доминирования и господства. Такие личности становятся большими тиранами, агрессорами, подозрительными к окружающим, мстительными, жестокими. Подобное отношение они проявляют даже к близким людям и членам семьи. В качестве примера, по мнению автора, могут быть приведены

Наполеон, Гитлер, Нерон. Такие личности не обязательно проявляют агрессию в масштабах страны и общества в целом, но могут проявлять ее в пределах семьи.

Но особое внимание А. Адлер сконцентрировал на изучении мнимой компенсации — невротической, или псевдокомпенсации. Автор задается вопросом: в силу каких обстоятельств и причин складывается невротическая компенсация и как она проявляется у личности? Причины ошибочной или мнимой компенсации следует искать в детстве, в неблагоприятных ситуациях.

«Во-первых, это врожденное несовершенство органов, которое приводит к недомоганию и психической перегрузке детей. В особенности оно скажется негативно в том случае, если ребенка за его врожденный дефект унижали, наказывали и насмехались над ним. В таком случае дети теряют уверенность в себе, не имеют надежды, интереса к людям, учебе, работе, исключают для себя возможность брака» [1, с. 19].

«Во-вторых, тип потенциального невротика — избалованный ребенок, он привык жить при избытке заботы, ласки, в результате чего сделался капризным и эгоистичным. Такая личность не способна к терпению, равноправному сотрудничеству, может только брать, а не отдавать. Если такой человек попадает в новое окружение, его там не считают кумиром, он обижается, хочет отомстить и старается добиться господства вновь. Это происходит в том случае, если он умен и имеет высоких покровителей... добивается своего и становится тираном. Если же он не достигает своей цели, то он принимает позицию „глухой обороны“ и живет в постоянной конфронтации со своим окружением, как правило, он не имеет теплых и доверительных отношений с другими» [1, с. 19].

«В-третьих — это пренебрегаемый ребенок, который никогда не знал, что такое любовь, близость, откровенный и серьезный разговор о жизненных проблемах и интимных темах. Люди были к нему холодны, и он приходит к выводу, что они будут всегда холодными, им нельзя доверять, и он в результате такого отношения не способен к любви и дружбе, и даже отрицает их существование» [1, с. 19]. Автор подчеркивает, что даже у самого пренебрегаемого ребенка могут возникнуть импульсы любви, доверия, интереса к другому

человеку. Но эти способности должны постоянно тренироваться, иначе они угаснут даже у тех, кто получал достаточно большую порцию любви на протяжении детства.

Как правило, «чистых» ситуаций не бывает, исход каждой конкретной ситуации никогда не известен. Помимо указанных причин существует еще множество факторов, негативно влияющих на формирование невротической компенсации. Очень многое в судьбе личности зависит от темперамента, воображения, от счастливого знакомства и множества других факторов. Стоит учитывать, что даже если «старт» был неблагоприятным, то, развивая определенные качества личности и опираясь на здравый смысл, можно избежать формирования мнимой компенсации. Хотя множество людей не может справиться с решением основных проблем: найти оптимальную профессию, создать хорошую семью, установить и поддерживать дружеские отношения.

Таким образом, мнимая компенсация не дает возможности преодолеть свои недостатки и дефекты. При мнимой компенсации личность начинает спекулировать своим недостатком, чтобы иметь определенные привилегии и извлечь выгоду, проявляющуюся в повышенном внимании и сочувствии со стороны окружающих людей. Данный вид компенсации несовершенен, так как приостанавливает личностный рост, формирует неадекватную, завистливую и эгоистическую личность.

Еще одним из рассматриваемых А. Адлером вопросов является изучение социального чувства или социального интереса. «Социальное чувство или социальный интерес понимается как инстинктивная, но в то же время осознаваемая и управляемая способность „видеть глазами другого человека, слышать ушами другого, чувствовать сердцем другого“. Это способность опирается на чувство принадлежности к группе, народу; способность к глубокой эмоциональной коммуникации с людьми; интерес к процессам, происходящим в обществе; способность доверять, быть открытым, искренним, свободным в диалоге; готовность выслушать критику, трезво оценить свои способности, признавать свое несовершенство; готовность проявить доброту, участие, инициативу» [1, с. 20–21].

Социальное чувство является врожденным. Природа наделила человека стремлением к физическому контакту, эмоциональной привязанности, дружескому единению. Ребенку хочется, чтобы его ласкали, любили, обнимали, с ним играли и разговаривали. Это и есть социальное чувство. Хотя социальное чувство и является врожденным, но чтобы оно сформировалось и стало сознательным процессом, необходимо его развивать, воспитывать у ребенка. Чтобы развить у ребенка социальный интерес, необходимо придерживаться следующих условий [1; 17].

Во-первых, развитию данного чувства способствует мать, так как она проявляет истинную любовь к ребенку и сосредоточена на его благополучии. Однако проявления такой любви недостаточно, необходимо, чтобы мать проявляла нежность и любовь к мужу, к другим детям и людям в целом, чтобы она служила своеобразной ролевой моделью или образцом для ребенка — как нужно относиться к людям в пределах семьи и за ее пределами. Если мать сосредоточена исключительно только на своих детях, то это не способствует развитию социального интереса, так как она не учит переносить социальный интерес на других людей. При чрезмерной опеке социальный интерес практически «гасится». Если же мать сосредоточена исключительно на своем муже, то это также не способствует развитию социального интереса. В данном случае дети чувствуют себя покинутыми, нежеланными и нелюбимыми, а потенциальные возможности так и останутся нереализованными, так как дети окажутся не способными к сотрудничеству.

Постепенно, по мере роста ребенка, к процессу развития социального интереса присоединяется отец. Как необходимо вести себя отцу, чтобы не погасить становление социального интереса? Во-первых, отцу необходимо иметь позитивную установку по отношению к жене, работе и обществу. Во-вторых, он должен принимать активное участие в воспитании детей наравне с женой. В-третьих, по отношению к детям не проявлять эмоциональной отгороженности и родительского авторитаризма, а относиться к ним как к равным. Если отец эмоционально отгорожен и проявляет авторитаризм по отношению к детям, то в этом случае у детей складывается стремление к личному превосходству. В-четвертых, супругу откры-

то нельзя критиковать жену, так как в данном случае дети теряют уважение к обоим родителям.

Супругам в отношениях необходимо придерживаться взаимной любви и уважения, а если в их отношениях разлад, то дети начинают объединяться с одним из родителей и «играть» против другого родителя.

Развитие социального интереса служит показателем и критерием психического здоровья личности. Именно умение человека сотрудничать с другими и кооперироваться позволяет личности устоять в жизненных невзгодах, преодолеть трудности и достичь совершенства. Если человек умеет сотрудничать с другими, он никогда не станет невротиком, а недостаток развития способности к сотрудничеству приводит к возникновению невротического стиля жизни.

Умение обходиться с людьми и разбираться в людях являются необходимыми предварительными условиями преуспевания в обществе. Этим умением нельзя овладеть теоретически. Так, настоящее счастье неразрывно связано с чувством того, что человек что-то дает другим, что социальный человек будет счастливее обособленного человека, стремящегося к превосходству. Такой человек надежно укоренен в обществе и решает проблему с пользой для другого человека. Иначе обстоит дело с другим типом людей, которым человечество и все его проблемы кажутся чужими и далекими. Они слишком много занимают собой и своей личной властью, но зависимы от мнения других, которые, как им кажется, желают им зла и воспринимаются как враги. Такие люди не верят в свою победу, и с большим страхом ожидают поражения, и обнаруживают, что непомерное честолюбие встает перед ними и преграждает путь вперед. Ничто так не мешает развитию чувства общности, как сильное чувство неполноценности.

Не менее значимый вопрос, рассматриваемый А. Адлером, — это вопрос стиля жизни. Как известно, основной целью жизни человека является преодоление чувства неполноценности и стремление к превосходству. Таким образом, цель у всех одна, а способы ее достижения различные, и зависят они от стиля жизни или жизненного плана. Стиль жизни — это уникальное соединение черт, способов поведения и привычек, которые, вместе взятые, определяют непо-

вторимую картину существования индивидуума. Стиль жизни — это характерные типы поведения, способы и приемы, при помощи которых конкретная личность преодолевает чувство неполноценности и стремится к превосходству. Стиль жизни основан на наших усилиях, направляемых на преодоление чувства неполноценности, и благодаря этому упрочивается чувство превосходства.

Стиль жизни, по мнению автора, как важнейшее образование складывается достаточно рано, примерно в возрасте четырех-пяти лет, и в дальнейшем почти не поддается каким-либо существенным изменениям. Конечно, личность пытается находить новые способы выражения своего индивидуального жизненного стиля, но, как правило, это лишь незначительная трансформация сложившихся способов достижения целей. Выделяются несколько способов достижения цели. Первый способ — это прямой путь. То есть личность, преодолевая определенные препятствия, не отклоняется и достигает поставленной цели. Второй способ — это окольный путь: чтобы приблизиться к поставленной цели, личность останавливается там, где предполагаются возможные трудности, и пытается добраться к поставленной цели уже в обход. Третий способ можно обозначить как потерю цели, и прослеживается он в том, что обходной путь настолько длинный, что в процессе достижения цели он теряется личностью [2].

Именно от стиля жизни зависит то, каким сторонам личность будет уделять существенное внимание, а какие будет игнорировать, как расставит приоритеты в жизни. Кто-то сконцентрируется на развитии физических качеств и займется спортом, а кто-то — на развитии интеллекта или творческих способностей. Таким образом, исходя из расставленных приоритетов, личность будет выстраивать «образ», план жизни. Стиль жизни можно рассматривать как акт творчества, который придает личности уникальность, сознательность и возможность управлять своей судьбой, сознательно влиять на нее. Стиль жизни складывается под влиянием наследственности и влияния окружающей среды, прежде всего семейной ситуации.

А. Адлер, опираясь на особенности стиля жизни, выделил типы личности [17]. При разработке типологии личности автор учитывал два показателя: 1) степень выраженности социального интереса

или социального чувства — это проявление эмпатии к другим людям и умение сотрудничать с другими ради общего дела, а не личной выгоды; 2) степень активности — это отношение человека к тому, как он подходит к решению основных жизненных проблем.

Управляющий тип — это самоуверенные, напористые, иногда даже враждебные личности, социальный интерес присутствует, но в незначительной степени, он больше направлен на достижение личного превосходства в мире, а не на благо других людей. Степень активности у них достаточно высокая.

Берущий тип — это личности, у которых полностью отсутствует социальный интерес, они относятся к внешнему миру с паразитической установкой и хотят удовлетворить свои потребности за счет других людей, но степень активности у них низкая, что не причиняет особых страданий другим.

Избегающий тип — это личности, у которых низкая степень активности и отсутствует социальный интерес. Они очень боятся потерпеть неудачу и поэтому избегают всякой активности. Проблемы, которые встают перед ними, они не решают, а просто от них уходят.

Социально-полезный тип — это личности, у которых присутствует высокая степень активности и социального интереса. Они проявляют истинную заботу о других и заинтересованы в общении с ними, и в жизни делают то, что приносит пользу другим.

А. Адлер обращает внимание на то, как порядок рождения детей оказывает влияние на стиль жизни. Порядок рождения выступает в качестве детерминанты, определяющей особенности становления и развития стиля жизни [17]. Безусловно, занимаемая ребенком позиция в семье субъективна, но, несмотря на различия, по мнению автора, прослеживаются общие характерные особенности.

Так, для первенца (старшего ребенка) присущи следующие особенности. Определенное время он является единственным ребенком в семье и занимает завидное положение. Как правило, его ждали и тщательно готовились к его появлению, он получает безграничную любовь и заботу, и поступают с ним как положено по правилам и инструкциям. Положение первенца очень завидное, до тех пор, пока в семье не появляется второй ребенок. В этом случае ребенка «смещают с трона», и он начинает испытывать тяжелые

чувства. Вначале ребенок всеми средствами и способами пытается вернуть себе прежнее положение и любовь родителей. Он может демонстрировать плаксивое и инфантильное поведение, в чем-то даже подражать младшему брату или сестре, но это ни к чему хорошему не приводит. Родители в данном случае проявляют равнодушные либо усиливают способы наказания по отношению к первенцу при таком поведении. В результате подобной семейной борьбы ребенок приходит к убеждению, что борьба не приносит желаемого, и он «приучает себя к изоляции», осваивая стратегию выживания в одиночку, не нуждаясь ни в привязанности, ни в одобрении. В процессе таких социальных условий старший ребенок становится консервативным, стремится к власти, предрасположен к лидерству. Чаще всего в семье он становится хранителем семейных установок и моральных стандартов [17].

Позднее было доказано, что первенцы обладают хорошими интеллектуальными способностями и сильной тягой к достижениям, но для них характерно чувство тревоги и беспокойства, и обусловлено это тем, что их отодвинули на второй план.

Второй (средний) ребенок имеет ряд своих особенностей. Темп его развития задает брат или сестра, поэтому он пытается всеми различными способами превзойти старшего. Как правило, он зачатую начинает раньше ходить, говорить, оказывается более успешным в обучении. Можно сказать, что «он будто состязается в беге» и «мчится на всех парусах вперед». Второй ребенок вырастает более честолюбивым, старается доказать, что он лучше брата или сестры, более «заточен» на достижения, стремится к превосходству, а для достижения своих целей использует как прямые, так и окольные методы и пути. Чаще всего он ставит перед собой очень высокие цели, что повышает вероятность возможных неудач [17].

Последний ребенок (самый младший ребенок) имеет свои особенности. В своей жизни ему не приходилось испытать смещения с трона братом или сестрой, но ему суждено стать «баловнем» семьи, так как его любят не только родители, но старшие братья и сестры. Но, с другой стороны, он может иметь меньше своих вещей, если семья ограничена материально, сильнее испытывает чувство неполноценности, и у него отсутствует чувство независимости.

Но в то же время у него есть одно существенное преимущество — это высокая мотивация превзойти старших братьев и сестер. В результате такой мотивации он становится лучшим в определенной сфере деятельности — спортивной, учебной, художественной и др., что достигается за счет его честолюбия [17].

Положение в семье единственного ребенка уникально по ряду причин:

- во-первых, ему не приходится делить любовь родителей со своими братьями и сестрами;
- во-вторых, нет необходимости конкурировать с братьями и сестрами;
- в-третьих, он долгое время находится под контролем матери, что порождает в нем чувство зависимости и эгоцентризма;
- в-четвертых, единственному ребенку приходится конкурировать со своим отцом за любовь матери;
- в-пятых, отсутствие братьев и сестер не дает возможности полноценно сформироваться коммуникативным навыкам в общении со сверстниками, что приводит к возникновению трудностей в данной сфере;
- в-шестых, он очень болезненно переживает, если не оказывается в центре внимания окружающих.

Вопросы для самоконтроля

1. Укажите аспекты (или положения), по которым расходились взгляды А. Адлера и З. Фрейда.
2. Какие идеи рассматривает А. Адлер в индивидуальной психологии?
3. Как вы понимаете высказывание А. Адлера: «чтобы быть полноценным, нужно обладать комплексом неполноценности»? Обоснуйте собственную точку зрения.
4. Дайте определения чувству неполноценности и комплексу неполноценности. В чем сходство и различия в данных понятиях? Какие причины способствуют комплексу неполноценности? Раскройте имеющиеся формы неполноценности.
5. Как А. Адлер трактует стремление личности к превосходству и какие специфические особенности он выделил в данном процессе?

6. Дайте краткую характеристику видам компенсации по А. Адлеру. Какие условия способствуют развитию псевдокомпенсации или мнимой компенсации?
7. Социальный интерес или социальное чувство в концепции А. Адлера. Какие условия способствуют становлению и развитию социального чувства, а какие, наоборот, препятствуют?
8. Что служит показателем и критерием психического здоровья личности с позиции А. Адлера?
9. Дайте определение понятия «стиль жизни». Когда он складывается и какое значение он имеет для личности?
10. Какие критерии использовал А. Адлер при разработке типологии личности?
11. Обоснуйте порядок рождения детей как детерминанту в становлении и развитии стиля личности. Какие личностные особенности ребенка выделяются в зависимости от порядка его рождения в семье?

2.3. А. Адлер – метод ранних воспоминаний изучения личности

Для определения стиля жизни человека автор предлагает воспользоваться различными техниками исследования человеческой жизни и называет пять основных источников достоверного изучения:

- 1) самые ранние детские воспоминания;
- 2) сновидения и грезы;
- 3) порядок рождения ребенка в семье;
- 4) трудности детства;
- 5) характер экзогенного фактора, обусловившего данное нарушение (речь в данном случае идет о психологической или физической травме).

Среди указанных методов (или техник) большее значение отводится детским воспоминаниям, так как они содержат не только некоторые существенные элементы детства, но и все, что было в нем существенного. А. Адлер считал анализ ранних воспоминаний главным методом исследования личности, придавая особое значе-

ние самому раннему воспоминанию как началу автобиографии, которую человек создает.

Как подчеркивал А. Адлер, каждое воспоминание, каким бы тривиальным оно ни казалось человеку, представляет для него что-то достопамятное. Оно говорит ему: «Вот чего ты должен ожидать», «Вот чего ты должен избегать» или «Вот что такое жизнь». Каждое воспоминание — это напоминание.

Из бесчисленного множества впечатлений, которые выпадают на долю человека, он выбирает для запоминания только те, которые хотя и смутно, но ощущаются им как связанные с его нынешним положением. Эти воспоминания представляют собой «Историю моей жизни» — историю, которую человек повторяет, чтобы предостеречь себя или утешить себя, чтобы поддерживать направленность на избранную цель, чтобы с помощью прошлых переживаний подготовить себя к встрече с будущим, используя уже проверенный стиль действий.

Воспоминания никогда не могут вступать в противоречие со стилем жизни. Если стиль жизни меняется, воспоминания тоже изменятся: человек будет вспоминать другие случаи или по-другому интерпретировать те случаи, которые он помнит.

В раннем воспоминании:

- 1) содержится фундаментальная оценка человеком самого себя и своего положения; это первое обобщение явлений, первое более или менее полное символическое выражение самого себя и тех требований, которые к нему предъявляются;
- 2) это его субъективная стартовая точка, начало автобиографии, которую он для себя создает.

По мнению А. Адлера, метод ранних воспоминаний имеет определенные преимущества. Во-первых, люди с готовностью рассказывают или описывают свое раннее воспоминание, так как это «просто факты», и значение их не осознается. Во-вторых, нет никакой необходимости устанавливать надежность ранних воспоминаний. Многие утверждают, что они не уверены, помнят ли они сами или им рассказали родители об этом. Даже если об этом рассказали родители, они дали воспоминанию приют в душе ребенка. Это говорит о том, что ребенок принял нечто за свое, и его содержание отвечает

жизненному стилю. В-третьих, данный метод компактен и прост, что и позволяет его использовать для групповых исследований.

Метод ранних воспоминаний имеет определенные ограничения. Во-первых, когда человек отказывается отвечать или заверяет, что он не знает, какое событие было первым, то мы можем догадаться, что он не хочет обсуждать свои фундаментальные значения и не готов к сотрудничеству.

Во-вторых, на неспособность воспроизвести какое-либо раннее воспоминание могут повлиять разнообразные негативные факторы: травмирующие события детства (например, инцест, какое-либо злоупотребление ребенком); изменение жизненного стиля, к которому не подходит данное раннее воспоминание; мозговые нарушения и неврологические расстройства; недостаточное доверие к консультанту. Автор подчеркивает, что тот, кто не может воспроизвести раннее воспоминание, тот не развивает у себя индивидуальных базовых убеждений и поэтому наобум бредет по жизни и не представляет себе, что такое жизнь.

В данной ситуации, когда клиент не может вспомнить раннее событие, ему можно помочь, стимулируя его память и отталкиваясь от событий, которые произошли примерно в шесть-семь лет, или предложить вспомнить такие события, например, как праздники в детстве, первый поход в школу, рождение брата или сестры, можно рассказать и о своем собственном раннем воспоминании.

В-третьих, ранние воспоминания могут отражать текущее состояние субъекта, и обусловлено оно какими-либо внешними факторами. Можно говорить о том, что ранние воспоминания скорее ситуативны, а не фундаментальны. Так, если человек переживает поражение и утрачивает уверенность в своих силах, то он вспоминает прежние случаи поражений. Если он в меланхолии, то все его воспоминания меланхоличны, а когда он воодушевлен и исполнен смелости, то и воспоминания такие, где много оптимизма и смелости.

В-четвертых, для методики ранних воспоминаний, как и для всех проективных методик, характерен недостаток — сложность в проведении интерпретации полученных результатов. Однако, несмотря на определенные недостатки и трудности, данный метод является лучшим среди проективных методик.

В самом раннем воспоминании находят выражение базисные жизненные установки человека, основные жизненные трудности и способ их переработки, содержится фундаментальная оценка человеком самого себя и своего положения. На основе смысловых и вербальных особенностей воспоминания делаются также выводы относительно социальной адаптации исследуемого. По анализу ранних детских воспоминаний можно определить жизненный стиль личности или концепцию жизни. Это значение, которое человек придает миру и самому себе, направленность своих устремлений, выработанные паттерны поведения, то есть привычки и подходы к решению жизненных проблем.

Смысловыми элементами анализа служит сам ребенок, то, что он делает, чувствует, и присутствие близких или посторонних для исследуемого людей, особенности взаимодействия между ними помогают понять: распространяет ли ребенок на них свой интерес или, наоборот, только сосредоточен на себе. Так, о наличии хорошей социальной адаптации исследуемого может свидетельствовать присутствие в его ранних воспоминаниях посторонних людей, на которых распространяется его интерес.

У А. Адлера «нет четкой процедуры анализа ранних воспоминаний, выводы делаются на основе интуитивно-качественного анализа, поэтому одни и те же смысловые элементы в зависимости от контекста могут выступать показателями как благополучной, так неблагополучной социальной адаптации» [4, с. 70].

Для того чтобы сложилось более полное представление о методе ранних воспоминаний, представим инструкцию по проведению анализа ранних воспоминаний.

1. Фамилия, имя, отчество.
2. Возраст и пол.
3. Образование (где, когда и какое).
4. Профессия.
5. Количество братьев и сестер в семье. В какой последовательности вы родились?
6. Вы воспитывались в полной или неполной семье? В каком возрасте вы столкнулись с утратой (смертью или разводом) родителей?
7. Рекомендация: придя домой, отдохнув, постарайтесь уединиться и устроить так, чтобы в течение часа никто вас не отвлекал

от воспоминаний. Часа хватит с избытком, но пусть лучше будет время в запасе, поскольку торопиться не стоит. Опишите на бумаге ваше самое раннее воспоминание. Записывайте, пожалуйста, все, что приходит в голову, не опускайте никаких подробностей, которые всплывают в вашей памяти. Запишите все, что только сможете, постарайтесь ничего не пропустить. Не стоит спрашивать у родителей или других родственников: «Когда это было? Что это было?» и т. п. Важно, что вы это помните как самое раннее свое воспоминание. Хронология неважна. Важно, чтобы вы обязательно:

- сделали это письменно;
- указали примерный возраст, к которому относится воспоминание;
- описали чувства, даже если они противоречивы;
- попытались определить цель своего поведения;
- дали название воспоминанию.

Полученное раннее воспоминание анализируется по следующей схеме:

№	Содержательные категории, гипотезы
1	Присутствующие в воспоминании люди
1.1	Мать
1.1.а	+ может проявиться у человека с жизненным стилем избалованного ребенка
1.1.б	+ может присутствовать у тех субъектов, кто нуждался в большом внимании
1.1.в	+ может присутствовать у хорошо адаптированных благодаря ей субъектов
1.1.г	– проявляется у тех людей, у которых есть чувство, что мать ими пренебрегла
1.1.д	– может наблюдаться в тех случаях, когда мать «проиграла игру»: ребенок не привязан к ней, не удовлетворен своей жизненной ситуацией
1.1.е	– может быть связано с рождением в семье следующего ребенка и обусловленной этим «детронизацией» – свержением с трона
1.2	Отец
1.2.а	+ может наблюдаться в тех случаях, когда ребенок обращается к отцу из-за неудовлетворенности отношениями с матерью и/или в связи с рождением следующего ребенка

№	Содержательные категории, гипотезы
1.2.б	+ может присутствовать у избалованного ребенка, восстающего против своего отца
1.2.в	– никак не анализируется
1.3	Братья и сестры
1.3.а	+ может свидетельствовать о развенчании «детронизации»
1.3.б	+ может отражать несамостоятельность и зависимость от них
1.3.в	+ может отражать развитие социального чувства и сотрудничества, возможно, и неудачное
1.4	Двоюродные братья и сестры
1.4.а	присутствие двоюродных братьев или сестер того же пола, что и сам субъект, может свидетельствовать о расширении поля социального действия субъекта, распространении его за пределы собственной семьи
1.4.б	присутствие двоюродных противоположного пола (двоюродного брата, если субъект воспоминания – женщина, и двоюродной сестры, если субъект воспоминания – мужчина) может свидетельствовать о трудностях во взаимодействии с противоположным полом
1.5	Бабушки, дедушки и остальные родственники
1.5.а	+ может означать, что они баловали ребенка и «испортили» его
1.5.б	+ упоминание наряду с другими родственниками в дружеской атмосфере, например, где-нибудь за городом, может означать исключение остальных людей и, следовательно, недостаточную социальную адаптацию
1.6	Посторонние, чужие люди: гости, друзья, соседи и т. д.
1.6.а	+ позволяет предположить, что ребенок осознает себя как часть общества, распространяет свой интерес на других людей и сотрудничает с ними
1.6.б	+ посторонние люди воспринимаются как опасность. «Существуют люди с более сильной волей, которые могут соблазнить и сбить с пути»
1.6.в	+ отражает несамостоятельность и страх остаться одному
2	Тип события
2.1	опасности, несчастные случаи, телесные и другие наказания – раскрывают преувеличенную тенденцию сосредотачиваться преимущественно на враждебной стороне жизни

№	Содержательные категории, гипотезы
2.2	болезнь и смерть — отражают страх перед ними и стремление лучше подготовиться к встрече с ними, став, например, врачом, медсестрой
2.3	проступки, кражи, сексуальные проступки (если они совершались как нечто привычное) оказывают на огромное усилие избегать их
2.4	новые жизненные ситуации — «воспоминание первого посещения детского сада или школы показывает, какое большое впечатление оказывают на человека новые ситуации»
3	Способы восприятия ситуации субъектом
3.1	Преобладающий вид чувствительности (как правило, преобладает тот вид чувствительности, с которым будут трудности). События, запоминаемые в детстве, должны быть очень близкими к основному интересу индивидуума, а если мы знаем его главный интерес, то мы знаем его цель и стиль жизни (важно для профессионального консультирования)
3.2	Ощущение принадлежности
	а) «Мы-ситуация» или «Я-ситуация»
	б) используется ли местоимение «Я» и/или местоимение «Мы» (использование «Мы» свидетельствует о большем развитии социального чувства и сотрудничества, но многое зависит от того, «С кем — мы»: только с членами из собственной семьи или с более широким кругом людей)
3.3	Эмоции и чувства
	а) чувства никогда не противоречат стилю жизни
	б) цель наших чувств и эмоций соответствует жизненной цели — избранному нами жизненному стилю жизни
	в) эмоциональный тон является таким же фиксированным, как стиль жизни
	г) стиль жизни выстраивается вокруг стремления к определенной цели совершенствования, и поэтому мы должны ожидать, что каждое слово, действие или чувство будет органической частью этой целостной линии действий
	д) чувства помогают нам удерживать эмоциональный тон, соответствующий избранному стилю жизни
4	Дополнительные категории
4.1	а) активность субъекта
	б) пассивность субъекта

№	Содержательные категории, гипотезы
4.2	а) угрожающая среда
	б) дружественная среда
4.3	а) субъекта отвергают
	б) субъекта принимают
4.4	а) угнетен
	б) радостен
Гипотетические дополнения к схеме анализа (по Е.В. Сидоренко)	
5	Супрасоциальные объекты могут приобретать политическую форму — это образы политических вождей, задающие направление «должного» поведения
6	Субсоциальные (неживые) объекты, являющиеся символами социальных (живых), могут отражать:
6.1	страх перед жизнью (если они имеют устрашающий характер, и это отражено в воспоминании)
6.2	любопытство и расширение зоны социального действия
7	Отъезд, переезд или подготовка к ним могут отражать стремление субъекта что-то изменить, тягу к переменам
8	Праздник в РВ (ранних воспоминаниях) — общий или семейный, личный — помогает человеку сохранить оптимизм: своим воспоминанием он не дает себе забыть, что существуют праздники
9	Избиение, оскорбление и надругательство над ребенком как тема воспоминания может свидетельствовать о том, что события детства все-таки важны сами по себе
10	Радужное, безоблачное ощущение от собственного воспоминания, заявление: «Мое воспоминание хорошее, там нет ничего опасного, давайте его проанализируем» — признак непонимания своего РВ и своего жизненного стиля

Ранние воспоминания можно использовать как «символическую модель межличностных отношений, которые отражают индивидуальные особенности взаимодействия, коммуникативные затруднения, способы их разрешения, характер эмоционального реагирования, эмоциональных состояний как в прошлом, так и в настоящем. Это позволяет использовать анализ ранних воспоминаний не только как диагностический метод исследования состояния меж-

личностных отношений, особенностей интрапсихической организации личности и ее динамики, но и использовать ранние воспоминания при проведении коррекционной работы» [4, с. 71].

Методика ранних воспоминаний содержит в себе ряд показателей или параметров, которые дают информацию о социальной дезадаптации личности, нарушениях межличностных отношений, индивидуальных способах преодоления проблем. Вот какие показатели предлагают Е.Н. Исполитова и Т.П. Николаева для определения дезадаптации личности.

«1. Число персонажей, независимо от степени родства. Чем больше действующих персонажей, тем больше социальных связей способен установить человек. Жизненное пространство насыщено эмоциональными связями. Резкое ограничение числа персонажей является показателем нарушенных межличностных отношений, в основе которых, как правило, лежит состояние эмоциональной депривации. Наименее благоприятная ситуация, когда в воспоминании присутствует только одинокий ребенок.

2. Положение главного персонажа относительно других персонажей и объектов. Минимальные расстояния могут служить показателями значимости эмоциональных связей.

3. Направленность на совместную деятельность. Наличие „Я-ситуации“, „Мы-ситуации“ свидетельствует о том, что человеку свойственно устанавливать разнообразные связи с окружением. Наличие в раннем воспоминании только „Я-ситуации“ ... говорит о пониженной включенности личности в отношения, тенденции к изоляции. Наличие только „Мы-ситуации“ свидетельствует о тенденции к симбиотическим отношениям и слиянию.

4. Наличие персонажей-„призраков“ показывает нарушенные отношения со значимыми людьми, психологические проблемы и затруднения личности как в прошлом, так и настоящем, переживания эмоциональной деградации или негативного чувства к значимым людям.

5. Активность главного персонажа в организации „психологического пространства“. Активное поведение этого персонажа свойственно людям, стремящимся к самостоятельному преодолению трудностей. Если такой человек оказывается клиентом психотера-

пии, то он творчески развивает результаты сессий и „опережает“ работу психотерапевта. Если главному персонажу в воспоминании характерно пассивное поведение, то в жизни он сохраняет такую же позицию, и аналогичная позиция прослеживается в психотерапии.

6. Общий эмоциональный фон ранних воспоминаний. Для личности с позитивным эмоциональным фоном в ранних воспоминаниях характерен более оптимистический взгляд на ситуацию, сохранение веры в возможность преодоления реальных трудностей. Негативный эмоциональный фон может служить показателем социальной дезадаптации. Эмоциональный фон в ранних воспоминаниях может изменяться. Как стоит трактовать данные изменения в ранних воспоминаниях? Если происходят изменения в динамике эмоций от негативных к позитивным, то это свидетельствует о позитивном эмоциональном фоне личности, а если наоборот — от позитивных к негативным эмоциям, то это „говорит“ о негативном эмоциональном фоне.

7. Степень осознания и вербализация эмоциональных переживаний. Так, ограниченность в описании эмоциональных переживаний часто свидетельствует о выраженных межличностных нарушениях» [4, с. 76].

В качестве примера приведем раннее детское воспоминание одной из клиенток В., которое она назвала «Появление сестренки» (воспоминание относится к возрасту 3 лет 9 месяцев). Данное воспоминание из своей консультативной практики представили Е.Н. Исполатова и Т.П. Николаева.

«Я еду с родителями в крытой машине из роддома. У меня появилась сестренка. Мне 3 года 9 месяцев» [4, с. 73].

Теперь представим анализ данного раннего детского воспоминания, проведенного Е.Н. Исполатовой и Т.П. Николаевой. «В воспоминании прослеживается стремление к ограничению контактов с внешним миром, замкнутость, отгороженность, так как резко сужено „психологическое пространство“ (едут в крытой машине), присутствуют всего четыре персонажа: ребенок, родители и сестренка. Образы матери и отца не дифференцированы, не разделены и воспринимаются как нечто целое — „родители“. Ребенок отделен от родителей и не взаимодействует с ними (отсутствует „Мы-ситу-

ация“, но степень отдаленности их друг от друга минимальна, так как они находятся в крытой машине. Персонаж „сестренка“ реально действует, но в то же время вербально вытеснен за пределы представленной сцены и приобретает характер персонажа-„призрака“.

Особенности организации „психологического пространства“ могут служить показателями как низкой активности в организации жизненного пространства, в установлении межличностных отношений, так и значимости эмоциональных связей, неудовлетворенной потребности в близости, переживаемой разобщенности с близкими людьми, а также говорят о попытке преодолеть дистанцию через внешне организованное благополучие (персонажи помещены в единое пространство и включены в совместную деятельность)» [4, с. 73].

О чувствах ничего не говорится, и они не представлены. На первый взгляд, эмоциональный фон нейтральный, а описанная сцена (или картина) благоприятная (семья едет с новорожденным ребенком из роддома), но телеграфный стиль повествования о сестренке может свидетельствовать о высокой эмоциональной напряженности и дискомфорте, связанных с появлением сестры в жизни клиентки [4, с. 73].

«Сестра, таким образом, является персонажем-„призраком“, что и указывает на имеющиеся нарушения в отношениях „ребенок — сестра“. Значимость рождения сестры в жизни клиентки подчеркивается названием самого раннего воспоминания. В автобиографии клиентки четко прослеживается два периода — „жизнь без сестры“ и „жизнь с сестрой“. На это указывает последняя фраза: „Мне три года и девять месяцев“. Вторжение сестры в личное „психологическое пространство“ воспринимается как фатальная неизбежность, не подвластная собственной воле („У меня появилась сестренка“). Но в то же время это событие очень важное по своим последствиям для жизни клиентки. Таким образом, эмоциональная напряженность и дискомфорт обусловлены вытесненными из сознания переживаниями „детронизации“, эмоциональной депривации и враждебными чувствами к сестре как причине этих переживаний» [4, с. 73—74].

Таким образом, персонаж-«призрак» сестры символизирует суть нарушенных отношений и затруднений у личности, способ

переработки эмоциональных проблем и связанных с ними эмоциональных переживаний и чувств. Способ этот заключается в том, что испытываемые враждебные, агрессивные чувства не допускаются в сознание, они вытесняются и проявляют себя в эмоциональной напряженности, невротических действиях и переживаниях [4, с. 74].

Клиентка В. (47 лет) обратилась в психологическую консультацию с жалобой «на опасение причинить вред сестре и племяннице. Это заставляет ее избегать их общества, хотя они являются единственно близкими для нее людьми. Клиентка живет одна. Личная жизнь не сложилась. В 17 лет клиентка осталась без родителей, с малолетней сестрой и заменила ей мать. С того времени она живет только жизнью сестры, переживая все, что происходит с ней, ее личные трагедии и успехи как свои собственные. По характеру она замкнутая, ответственная, тревожная, щепетильная, с развитым чувством вины, и очень озабочена мнением о себе окружающих людей. Продолжает скрывать свое состояние от сестры, хотя и утверждает, что у них с сестрой „замечательные отношения“» [4, с. 73].

Таким образом, техника (методика) анализа ранних воспоминаний является эффективным средством изучения особенностей организации собственной жизни, особенностей межличностных отношений, подходов к решению жизненных проблем, психологических проблем личности и способов их разрешения.

Психологи подмечают, что ранние детские воспоминания существенно отличаются у личностей, находившихся в различных социальных условиях, и, прежде всего, лиц, воспитывающихся в семье, и лиц, воспитывающихся в закрытых учреждениях — детских домах и интернатах. Так, Н.К. Радина отмечает, что воспитанники детских домов и интернатов начинают свое воспоминание словами о том, что они ничего не помнят до поступления в детский дом. Автор обосновывает это тем, что прошлое никто из окружающих не вспоминает и не «воспроизводит». В семье историю семьи «пишут»/запоминают родственники, она сохраняется в «коллективной памяти», обрастает более или менее конкретными деталями и наполняется особым значением. У воспитанников детского дома нет никого, кто бы хранил и истолковывал его историю. Сам ребенок к этой истории не обращается, а следовательно, он ее

и не воспроизводит, и не укрепляет. Отсутствие или потеря истории оказывает неблагоприятное влияние на развивающуюся личность.

«Человек лишь постольку и является личностью, поскольку он имеет свою историю», — подчеркивал С.Л. Рубинштейн [11].

Н.К. Радина в ранних детских воспоминаниях у лиц, воспитывающихся в детских домах и интернатах, выявила также следующие характерные особенности.

Во-первых, «среди действующих лиц существенное место занимает мать, а отец, бабушки, братья и сестры, друзья примерно занимают равное положение, но в то же время роль и значимость матери в воспоминаниях ничтожно мала, по сравнению с лицами из семьи. Возможно, такое положение обусловлено тем, что мать пренебрегала ребенком, либо ребенок отчужден от матери и испытывает неудовлетворенность своей жизненной ситуацией» [11, с. 76].

Во-вторых, «чаще всего в воспоминаниях отражаются такие типы ситуаций и событий, как „болезнь и смерть“, „новые ситуации“, „опасность“, и совсем незначительно отражаются ситуации „сопричастность семье“, „подарки“. Особое сосредоточение на негативных ситуациях может говорить о том, что личность испытывает страх перед такими событиями, желает контролировать свою жизнь перед лицом разрушительной силы и сосредоточена преимущественно на враждебной стороне жизни» [11, с. 77].

В-третьих, «в воспоминаниях достаточно часто отражаются ситуации проступка ребенка. С позиции А. Адлера, такие воспоминания могут свидетельствовать о том, что личность в будущем будет стремиться избегать нарушения норм и правил» [11, с. 77].

В-четвертых, «„Я-ситуации“ в воспоминаниях преобладают, и обусловлено это тем, что они одиноки и не испытывают чувства единения с другими людьми, хотя они ищут близких, но им не на кого опереться» [11, с. 77].

Вопросы для самоконтроля

1. Какие методы использовал А. Адлер с целью изучения личности?
2. Какие преимущества и ограничения имеет метод ранних воспоминаний и что можно изучить с помощью данного метода?

3. Какие основные показатели (параметры) используются для анализа ранних воспоминаний?
4. Какие показатели предлагают использовать психологи для выявления и определения дезадаптации личности?

Задание. Предложите одному из испытуемых написать раннее детское воспоминание. В дальнейшем проанализируйте раннее воспоминание с учетом тех показателей и критериев, которые отражены в методе ранних воспоминаний А. Адлера.

2.4. Социокультурная теория К. Хорни

Карен Хорни (1885—1952) является одним из наиболее выдающихся психоаналитических мыслителей двадцатого столетия. Идеи К. Хорни в своем становлении прошли несколько этапов. Так, ее научные труды блестяще предвосхитили все возражения против взглядов З. Фрейда на психологию женщины. Она подвергла критическому анализу теорию Фрейда относительно психологии женщины. Она разработала теорию защиты личности.

К. Хорни в своих работах по женской психологии постепенно отошла от веры З. Фрейда в то, что «анатомия — это судьба», и выделила в качестве источника женских проблем и проблем полоролевой идентификации факторы культуры. По мнению автора, женщина завидует не пенису самца (как считал З. Фрейд), а привилегиям мужчины. Женщине необходимо иметь возможность реализовать себя, развивая заложенные в ней человеческие способности. Патриархальный идеал женщины не всегда отвечает ее внутренним потребностям, хотя власть этого идеала зачастую и заставляет женщину вести себя в соответствии с ним. Сравнивая различные культуры, она указывает на то, что эти условия не универсальны, что отдельные культуры более других неблагоприятны для развития женщины.

К. Хорни считала, что роль культуры в формировании психики женщины слишком велика, чтобы можно было провести четкое разграничение: вот это женское, а это — нет. Только тогда, когда женщина будет свободна от концепции женственности, навязанной маскулинной культурой, мы сможем понять, в чем на самом деле

состоит психологическое отличие женщины от мужчины. Главной целью должно быть не определение истинной сущности женственности, а, прежде всего, полноценное и всестороннее развитие личности каждого человека. Исходя из данного положения, К. Хорни начинает разрабатывать свою теорию, которая является нейтральной по отношению к полу и приложима и к мужчинам, и к женщинам.

К. Хорни, как и многие представители психоаналитического направления, не отрицала значения детства в эмоциональном развитии человека, но значение придавала не фрустрации либидинозных импульсов, а социальным условиям жизни ребенка в семье, где он не чувствует себя в безопасности, любимым и ценным. В результате таких условий у ребенка складывается «базальная тревога» — это «чувство своей беспомощности перед враждебным миром, которое он пытается смягчить, вырабатывая такие защитные стратегии, как погоня за любовью, стремление к власти либо отчуждение» [17, с. 257].

Чувство базальной тревоги не возникает у ребенка, если создана теплая атмосфера, позволяющая ребенку выразить собственные мысли и чувства, присутствует добрая воля близких в удовлетворении его различных потребностей и здоровое столкновение его желаний и воли окружающих.

Чувство базальной тревоги складывается у ребенка в том случае, если родители не допускают мысли о ребенке как об отдельной особенной личности, не позволяют ребенку относиться к другим людям непосредственно, как подсказывают его реальные чувства, и вынуждают его найти иные пути обращения с ними. Чувства и поведение ребенка больше не являются искренним выражением его самого, а начинают диктоваться стратегиями защиты.

К. Хорни выделила ряд особенностей в поведении родителей, способствующих возникновению чувства базальной тревоги: 1) неустойчивое сумасбродное поведение родителей, в котором отсутствует некое постоянство; 2) насмешки родителей в адрес ребенка; 3) невыполнение обещаний, данных ребенку (пообещали что-то купить, но не купили); 4) чрезмерная опека ребенка; 5) явное предпочтение в семье с учетом пола кого-то из детей. В результате такого отношения у ребенка «складывается установка базальной враждеб-

ности. Ребенок в этом случае оказывается словно между двумя огнями: с одной стороны, ребенок „целиком“ зависит от родителей, а с другой — испытывает по отношению к ним чувства обиды и негодования. Таким образом, возникший конфликт приводит в действие такой защитный механизм, как вытеснение, который позволяет подавить враждебные чувства по отношению к родителям, чтобы выжить. Подавленные чувства негодования и враждебности начинают проявляться во всех взаимоотношениях ребенка с другими людьми и в настоящем, и в будущем» [17, с. 256–257].

Личность пытается справиться с чувством «меня никто не любит», с ощущениями своей незащищенности, ненужности, порождающими базальную тревогу. Человек может принять решение о смирении или соглашательстве и начать движение к людям, а может принять агрессивное решение и начать движение против людей или, другими словами, уходе от людей. Автор ввел такие термины, как «соглашательство», «агрессия» и «уход».

Представим характеристику данных защитных стратегий.

При защитной стратегии смирения личность пытается одолеть базальную тревогу через расположение и одобрение, а также установление контроля над другими. Она пытается и стремится привязать к себе других людей своей слабостью, уступчивостью, добротой и любовью. Этому человеку необходимо сдаться на чью-то милость и получить возможность безопасно выражать свою агрессивную тенденцию, его, как правило, влечет к себе противоположный, экспансивный тип личности: через него он может участвовать в господстве над жизнью. Такие отношения в основном могут перерасти в болезненную зависимость.

При данном типе защиты ценности личности «лежат в области доброты, жалости, любви, щедрости и покорности, а такие качества, как самомнение, честолюбие, бессовестность, властность, вызывают отвращение» [16]. Любое стремление и желание чего-то большего в жизни они считают дерзким вызовом судьбе, а самоутверждение и самозащита выражены у такой личности слабо. Можно сказать, что она (личность) выбирает христианские ценности, так как эти ценности необходимы для системы защиты. Такая личность придерживается правила «сделки с судьбой», считая, что если она бу-

дет смиренной, любящей, будет избегать гордыни, не будет гнаться за славой, то судьба будет к ней милостива и благосклонна. Но если судьба не желает придерживаться такого правила, то личность отказывается верить в божественную справедливость, отчаивается и приходит к выводу о собственной виновности или начинает верить в справедливость, превосходящую человеческое понимание.

По мнению К. Хорни, у смиренного типа личности агрессивные устремления глубоко вытеснены. Если агрессивные чувства и действия не были бы вытеснены, тогда это подвергло бы огромной опасности всю стратегию достижения любви, одобрения и справедливости. Ярость, которая клокочет в глубине души таких людей, угрожает их представлению о себе, их жизненной философии и их сделке с судьбой. Поэтому ярость необходимо вытеснить, замаскировать или оправдать, чтобы избежать растущей ненависти к самому себе и враждебности к другим.

При агрессивной стратегии защиты для личности характерна потребность в злобном торжестве. В большинстве случаев эта личность росла под прессом жестких норм и грубого обращения в детстве, а теперь жаждет мести и хочет отплатить за все нанесенные ей оскорбления. В силу таких социальных условий данная личность придерживается правила, что «мир — это арена борьбы, где выживает сильнейший и наиболее приспособленный, где сильный уничтожает слабого». Ее моральный закон — «право на стороне силы».

В отношениях с другими людьми такой человек состязателен, безжалостен и циничен, он не доверяет никому, избегает эмоциональной вовлеченности и, прежде всего, смотрит, каким образом можно использовать другого человека для достижения собственных целей и усиления своего господства. Личность стремится быть твердой, жесткой, считает проявление чувств признаком слабости и уязвимости во враждебном мире. Такая личность полагает, что если будет воспринимать жизнь как поле битвы, где недопустимо проявление мягкости и традиционной морали, то тогда она достигнет своих честолюбивых целей, а если отступит от данных принципов, то возненавидит себя. Личность тянется к скромным и смиренным людям из-за их мягкости и уступчивости, но характеризует их как «дурачье».

При такой стратегии, как уход, личность не гонится ни за любовью, ни за господством, а стремится к покою, свободе и самодостаточности. Личность презирает гонку за мирским успехом и питает глубокое отвращение к любым усилиям. Как правило, у нее есть сильная потребность в превосходстве, но она реализует свое честолюбие скорее в воображении, чем в реальных достижениях. Личность старается избежать зависимости от окружения, поэтому ограничивает свои порывы и довольствуется малым в своей жизни. Она не бранит жизнь, не высказывает критических замечаний, принимает ее такой, какая она есть. Свою участь, судьбу принимает спокойно: либо с иронией, либо со стоическим достоинством.

Личность придерживается принципов, что если она не будет ничего просить у других людей, то и люди ее не побеспокоят. Если она не будет ни к чему стремиться, то и не потерпит неудачу. Если не будет ничего ожидать, то не будет и разочарована. Применяя данную стратегию ухода (изоляции), личность уходит от активной позиции в жизни и переходит в позицию зрителя, становясь превосходным наблюдателем как за окружающими людьми, так и за самой собой, но смотрит на себя отстраненно, как на произведение искусства, с неким объективным интересом. Таким образом, личность отчуждается от самой себя, и происходит это за счет подавления и отрицания собственных чувств и внутренних конфликтов.

Как правило, состояние базальной тревоги у личности приводит к возникновению таких чувств, как беспомощность, враждебность, изоляция. Человек выбирает защитную стратегию. Поскольку эти три стратегии включают несовместимые друг с другом черты характера и системы ценностей, то личность раздирают внутренние конфликты. А чтобы обрести ощущение своей целостности, личность делает упор на одной из стратегий и становится в основном смиренной, или агрессивной, или отчужденной. Какое именно направление выберет личность, зависит от особенностей ее темперамента, от личностных черт, от представлений о природе человека, от набора общечеловеческих ценностей и социального окружения.

Здоровый человек проявляет гибкость, подвижность, избирательность в поведении в зависимости от обстоятельств и ситуации,

чего нельзя сказать о личности, испытывающей чувство базальной тревоги.

К. Хорни подчеркивала, что стратегии защиты обречены на провал, так как они создают порочный круг: средство, которым мы хотим смягчить тревогу, напротив, усиливает ее. Так, фрустрация потребности в любви делает эту потребность ненасытной, а требовательность и ревность, вытекающие из ненасытности, делают все менее вероятным факт, что человек обретет друга. У тех, кого не любили, развивается прочное чувство, что их никто не любит, и в любых проявлениях симпатии они ищут дурные намерения. Они были лишены любви, что сделало их зависимыми, но они боятся зависеть от другого человека, так как это делает их слишком уязвимыми.

Автор также отмечает, что личности может показаться, что она изменилась, многому научилась, но на самом деле произошла замена одной стратегии защиты на другую. Чаще всего замена стратегии защиты происходит под каким-то мощным влиянием или под действием крупного провала своего основного решения. Таким образом, можно говорить о том, что стратегия защиты сама сводит себя на нет и способствует возникновению и усилению внутриличностного конфликта, и проявляется она в таких качествах и чертах, как обесценивание и упреки самому себе, невротическое страдание и подчинение сверхстандартам.

Вопросы для самоконтроля

1. Дайте определение понятию «базальная тревога». Какие условия способствуют возникновению базальной тревоги у личности?
2. Какие защитные стратегии вырабатывает личность, чтобы справиться с чувством базальной тревоги?
3. Чем отличается защитная стратегия от защитного механизма?
4. Раскройте суть и проявление защитной стратегии смирения.
5. Охарактеризуйте агрессивную защитную стратегию.
6. Раскройте суть и проявление защитной стратегии ухода (изоляции).
7. Обоснуйте и докажите, что защитные стратегии личности обречены на провал.

Задание. Заполните таблицу.

Анализ защитных механизмов и стратегий в теориях личности

Теория личности (автор-представитель)	Защитные механизмы или стратегии	Характеристика защитных стратегий и механизмов	Особенности применения защитных стратегий (механизмов) личностью	Сходство и различие в понимании и использовании защитных механизмов и стратегий в авторских подходах
З. Фрейд				
К. Хорни				
А. Фрейд				
и т. д.				

Рекомендации по выполнению задания

Изучите научные подходы, посвященные психоаналитическому направлению; укажите авторов-представителей и выдвинутые ими положения относительно защитных механизмов и стратегий. Представьте характеристику защитных механизмов и стратегий. Укажите, в каких ситуациях и обстоятельствах личность прибегает к защитным стратегиям и механизмам и с какой целью. Сравните авторские подходы к проблеме защитных механизмов и стратегий. Определите, в чем прослеживается сходство и различие. Выскажите собственную точку зрения на данную проблему. Используйте метод саморефлексии и определите, к каким защитным механизмам прибегаете вы сами и почему.

В таблице необходимо представить анализ учений 6–8 представителей данного направления. В заключение работы необходимо высказать собственную точку зрения о защитных механизмах. Укажите, каким защитным механизмам вы отдаете предпочтение, и обоснуйте почему. Размер шрифта 12. Объем выполненного задания должен составлять 8–10 страниц.

2.5. Гуманистический психоанализ Э. Фромма

Эрих Фромм (1900—1980) — немецкий, позже американский социолог, философ и психолог, основатель гуманистического психоанализа. Это целостное философско-психологическое учение и мировоззренческая система.

Э. Фромм отмечает, что в процессе эволюции человек утратил свой «первоначальный дом» — природу, так как поднялся над природой, приобрел разум, «стал хозяином» и уже не может вернуться обратно. С одной стороны, поднявшись над природой, человек приобрел силу, преимущество, власть и превосходство, а с другой, получив свободу и независимость от природы, взамен приобрел чувство одиночества, бессилия, отчужденности и незначимости. Можно говорить о том, что, с одной стороны, идет процесс роста над природой и рост разума, а с другой стороны, идет рост индивидуализации, усиливается изоляция, опасность и сомнения [15].

Прежние связи у человека нарушены, и поэтому, по мнению автора, человеку необходимо выстроить новые отношения и связи уже в новых условиях существования, чтобы ослабить имеющееся у него чувство одиночества. Именно установление единства с другими людьми является насущнейшей потребностью, от реализации которой зависит психическое здоровье человека.

Э. Фромм предлагает ряд стратегий, которые используют люди, чтобы избежать собственной слабости и изолированности, то есть «убежать от свободы». Данные стратегии автор называет «механизмами бегства». Механизмы бегства есть защитный механизм, представляющий своеобразный путь решения личностью проблем своего существования, и выражается он в определенном поведении. К механизмам бегства относятся авторитаризм, деструктивизм (или разрушительность), конформизм. Данные стратегии непродуктивны и бессознательны.

Представим характеристику этих стратегий. Авторитаризм — это «механизм бегства от свободы», который состоит в тенденции отказа от независимости своей личности, слиянии своего «я» с кем-либо или с чем-либо внешним, чтобы таким образом обрести силу, недостающую самому индивиду. Иначе говоря, индивид

ищет новые, «вторичные связи (узы) взамен тех, которые утратил» [14, с. 119]. Данный механизм проявляется либо в мазохистских тенденциях, либо в садистских тенденциях.

При выборе мазохистской тенденции у личности проявляются чувства собственной неполноценности, беспомощности и ничтожности. Как правило, она хочет от этих чувств избавиться и освободиться на уровне сознания, а на подсознательном уровне у нее существует какая-то сила, которая заставляет ее чувствовать себя неполноценной и незначительной. Она не только осознает свои реальные недостатки и слабости, но и проявляет тенденцию к принижению и ослаблению себя, отказывается от возможностей, которые открываются перед ней в жизни. Она (личность) очень склонна к самоуничижению, самокритике и самообвинению по отношению к самой себе, которых «даже злейший враг» не мог предположить, она истязает себя принудительными ритуалами, склонна к физическому заболеванию и ждет его как чуда. Она делает все возможное, чтобы причинить себе наибольший ущерб, вред и страдания. Она не стремится к самоутверждению, не делает того, что ей хочется самой, не ощущает своей индивидуальности, а подчиняется действительным или воображаемым приказам внешних сил (то есть другим лицам, организациям, природе).

Э. Фромм отмечает, что уничтожение собственного «я», за счет чего и происходит преодоление собственного чувства бессилия, — это лишь одна сторона мазохистских наклонностей, а вторая — это попытка раствориться во внешней силе и стать ее частью. Став частью силы, которую личность считает непоколебимой, она становится причастной к ее мощи и славе. Таким образом, личность отказывается от собственного «я», своей силы и гордости, собственной свободы и причисляет себя к той силе «хозяина», которую выбирает. Теперь ей не надо принимать решения, сомневаться, быть ответственной за свою судьбу и смысл своей жизни. Однако «личность не сливается в одно целое с той силой, к которой она прилепилась, так как между ними всегда остается фундаментальное противоречие и существует неосознаваемое побуждение преодолеть мазохистскую зависимость и получить свободу» [14, с. 131].

Такие мазохистские тенденции личностью обосновываются чаще всего как рационализация. Комплекс неполноценности выдается за осознание подлинных недостатков, а страдания оправдываются неизбежностью и сложившимися обстоятельствами и условиями.

Садистские тенденции менее осознанные, чем мазохистские тенденции, и могут прослеживаться в следующих типах. Первый тип — это личность, стремящаяся поставить других людей в зависимость от себя и приобрести полную неограниченную власть над ними, превратить их в «материал», из которого можно лепить все, что хочешь. Второй тип — это личность, имеющая неограниченную власть над другими и могущая эксплуатировать их, использовать и «заглатывать» все, что в них есть полезного и стоящего. Это может касаться не только материальной составляющей, но и моральных, и интеллектуальных качеств личности другого человека. Третий тип — это личность, стремящаяся причинить страдания другим людям и смотреть, как они страдают. Страдание может быть физическим, но чаще применяется душевное страдание, проявляющееся в унижении, запугивании другого человека.

Садистские тенденции в основном хорошо рационализируются и с точки зрения социального плана более безобидны, они иногда покрыты отношением «сверхдоброты» и «сверхзаботы» о другом человеке. Перечислим наиболее часто встречающиеся рационализации, к которым прибегает садист:

1) «„Я управляю вами потому, что я лучше вас знаю, что для вас лучше; в ваших собственных интересах повиноваться мне беспрекословно“;

2) „Я столь необыкновенная и уникальная личность, что вправе рассчитывать на подчинение других“;

3) „Я сделал для вас так много, что теперь вправе брать от вас все, что хочу“;

4) „Другие меня обидели, так что мое желание обидеть других — это всего лишь законное стремление отомстить“;

5) „Нанося удар первым, я защищаю от удара себя и своих друзей“ [14, с. 121–122].

Садисту нужен принадлежащий ему человек, только тогда он ощущает силу, когда он является чьим-либо владыкой. Хотя зави-

симость может быть совершенно неосознанной. В качестве классического примера можно привести отношения мужа-садиста к своей жене. Так, муж издевается над своей женой и при этом повторяет, что может уйти в любой момент. Но как только она заявляет, что его покидает, то ситуация меняется: муж впадает в отчаяние, подавлен и начинает умолять жену остаться, клянется в любви и утверждает, что без нее жить не может. Жена, боясь совершить самостоятельное действие, верит мужу и остается. Муж принимается за прежнее, жена поначалу терпит, а затем принимает решение уйти от него. Данный сценарий повторяется многократно. Он не может жить без нее или без кого-либо другого, кто был бы беспомощной игрушкой в его руках. Садист «любит тех, над кем ощущает власть. Он „любит“ их, потому что они в его власти. Он подкупает их подарками, похвалами, уверениями в любви, демонстрацией своей заботы; он может им дать все, кроме одного — это право на свободу и независимость» [14, с. 123]. Такие отношения зачастую встречаются не только в отношениях между супругами, но и в детско-родительских отношениях. «Отношение господства (а, можно сказать, и собственности) выступает под видом „естественной“ заботы и стремления родителей „защитить“ своего ребенка. Ребенка сажают в золотую клетку, он может иметь все, что только пожелает, лишь при условии, если он не захочет выбраться из этой клетки. У такого ребенка в результате складывается глубокий страх перед любовью, так как любовь для него — это плен и заточение» [14, с. 123].

Хочется подчеркнуть, что для садиста самое главное — это жажда власти. В обыденном сознании большинства людей власть воспринимается как признак силы. Но в психологическом плане «жажда власти коренится не в силе, а в слабости. В ней проявляется неспособность личности выстоять в одиночку и жить своей силой. Это отчаянная попытка приобрести заменитель силы, когда подлинной силы не хватает. Власть — это господство над кем-либо; сила — это способность к свершению, потенция» [14, с. 135]. Сила в психологическом смысле — это обладание способностью, а бессилие — это неспособность личности господствовать над другими, неспособность к самостоятельной жизни. Э. Фромм отмечает, что пока и поскольку индивидуум силен, способен реализовывать свои возможности

на основе свободы и целостности, то господство над другими ему не нужно, и он не стремится к власти. Таким образом, власть — это не что иное, как извращение силы, проявление слабости.

Другим «механизмом бегства» от свободы, изоляции и бессилия является деструктивизм или разрушительность. Стоит отметить, что, разрушая мир, личность будет испытывать изоляцию, но при этом ей никто не будет угрожать, а для этого необходимо ликвидировать любую внешнюю угрозу. Автор под разрушительностью понимает средство избавления от невыносимого чувства бессилия, поскольку она нацелена на устранение всех объектов, которые несут угрозу материальным или эмоциональным интересам личности, и осуществляется это за счет разрушительных тенденций.

Условия изоляции и бессилия порождают два других источника разрушительности — тревогу и скованность. Так, тревога у личности может быть постоянной, хотя не всегда осознаваемой, и возникает она из ощущения того, что окружающий мир угрожает ей ежечасно. Испытываемая постоянная тревога является одним из источников накопления у личности разрушительных тенденций. Помимо тревоги выделяется и скованность. Что она собой представляет и как она проявляется? Скованность проявляется из-за того, что изолированный и бессильный человек испытывает ограничения в реализации своих чувственных, эмоциональных и интеллектуальных возможностей. Обусловлено это тем, что ему не хватает внутренней уверенности, спонтанности для такой реализации.

Как известно, у жизни есть своя собственная динамика. Человек должен расти и взрослеть, проявить себя и прожить свою жизнь. Стремление к жизни и тяга к разрушению находятся в обратной зависимости. «Чем больше у личности проявляется стремление к жизни, чем полнее жизнь реализуется, тем слабее разрушительные тенденции, а чем больше стремление к жизни подавляется, тем сильнее тяга к разрушению. Э. Фромм особо указывает, что разрушительность — это результат непрожитой жизни. Разрушительности способствуют индивидуальные или социальные условия развития личности, подавляющие жизнь, вызывающие страсть к разрушению, наполняющие своего рода резервуар, откуда вытекают всевозможные разрушительные тенденции по отношению к другим и к себе» [14, с. 152].

Еще одним неконструктивным «механизмом бегства» от свободы является конформизм. При конформизме индивидуум перестает быть собой. Он полностью усваивает тип личности, который соответствует общепринятым шаблонам, и становится таким, каким его хотят видеть окружающие. Таким образом, «отказавшись от собственного „я“ и превратившись в робота, подобного миллионам других таких же роботов, человек уже не ощущает одиночества и тревоги. Однако за это приходится платить утратой своей личности. Данный механизм можно сравнить с защитной окраской некоторых животных: они настолько похожи на свое окружение, что практически неотличимы от него» [14, с. 154].

Конформизм складывается, как считает автор, в силу ряда обстоятельств. Человек ощущает потребность иметь собственное мнение, но при этом не разбирается тонко в определенной информации, и тогда он просто повторяет чье-то авторитетное мнение по данному вопросу. «Он верит, что пришел к определенному выводу на основании собственных размышлений, но на самом деле он просто усвоил мнение авторитета, сам того не заметив» [14, с. 158]. Причем это касается не только интеллектуальной информации, но и чувств, отношений, желаний. Но на самом деле значительная часть наших желаний фактически навязана нам со стороны. Нам приходится в этом случае убедить себя в том, что мы приняли данное решение, чтобы подстроиться под желания окружающих, и не испытать страха изоляции или даже более «серьезных» опасностей, которые могут угрожать человеку.

Когда ребенка спрашивают, хочет ли он ходить в школу каждый день, и он отвечает: «Конечно, хочу!» — это правдивый ответ? В большинстве случаев ответ отнюдь не правдивый. «Ребенок может и хочет ходить в школу достаточно часто, но иногда он предпочел бы заняться чем-нибудь другим: поиграть или порисовать. Он чувствует, что от него ждут желания ходить в школу ежедневно, и этого оказывается достаточно, чтобы не дать почувствовать, что он делает это только по обязанности. Может быть, ребенок был бы более счастливым, если бы смог осознать, что иногда ему, действительно, хочется в школу, а иногда, что надо и приходится. Однако

давление чувства долга достаточно сильно, чтобы вызывать у него ощущение, будто он хочет того, чего хотят от него» [14, с. 164].

Таким образом, превратившись в отражение чужих ожиданий, личность в значительной степени теряет саму себя, а вместе с тем и уверенность в себе. Чтобы преодолеть «панику», к которой приводит потеря собственного «я», личность вынуждена приспособляться дальше, «добывать» себе «я» из непрерывного признания и одобрения других людей. Возможно, личность и не знает, кто она, но хотя бы другие будут знать, если она будет вести себя должным образом так, как им необходимо [14, с. 168]. В таком случае и личность узнает, поскольку поверит окружающим.

Э. Фромм в своем подходе также отмечает, что, помимо неконструктивного способа преодоления изоляции и бессилия, существует и конструктивный путь — позитивная свобода. Происходит преодоление чувства одиночества спонтанно: через творческий труд и любовь, посредством которых устанавливается связь с миром, — через подлинное проявление своих чувственных, интеллектуальных, эмоциональных способностей. Благодаря труду и любви личность обретает единство с людьми, миром, с самой собой, но при этом не отказывается от независимости и целостности собственного «я».

В заключение хотелось бы отметить, что, на первый взгляд, в подходе Э. Фромма в «механизмах бегства» прослеживается сходство с концепцией К. Хорни со «стратегиями защиты». Однако прослеживаются и различия:

— во-первых, К. Хорни сосредоточила свое внимание на изучении тревоги, а Э. Фромм — на изоляции индивидуума;

— во-вторых, у К. Хорни стратегии защиты являются движущими силами в развитии невротической личности, а «механизмы бегства» Э. Фромма являются движущими силами развития нормального человека.

Вопросы для самоконтроля

1. Объясните, почему человек, «поднявшись над природой», испытывает чувство одиночества, бессилия и отчуждения.
2. Дайте определение понятию «механизм бегства от свободы».

3. Какие стратегии использует личность, чтобы справиться с чувством одиночества и изолированности?
4. В каких формах проявляется авторитаризм? Укажите их и дайте им характеристику.
5. Укажите возможные примеры рационализации садистских тенденций у личности.
6. Как вы думаете, жажда власти — это признак силы или признак слабости? Обоснуйте свое мнение согласно концепции Э. Фромма.
7. Что собой представляет деструктивизм и как он проявляется?
8. Дайте характеристику конформизму и укажите, в силу каких обстоятельств (условий) складывается данный «механизм бегства» от свободы.
9. Сравните подходы Э. Фромма и К. Хорни и укажите различия во взглядах.

Задание. Заполните таблицу.

Типология личности в зарубежных концепциях

Психологическое направление (автор-представитель)	Типы личности	Критерии, используемые (автором) при составлении типологии	Характеристика типа	Трудности, проблемы, достоинства и недостатки (каждого конкретного типа личности)

Рекомендации по выполнению задания

Изучите психоаналитическое направление и выделите типологии личности. Укажите, какие критерии при разработке типологии использовал конкретный автор. Представьте характеристику каждого конкретного типа личности и укажите возможные

типы трудностей и проблем, характерных для каждого конкретного типа личности. В заключение сделайте вывод по заданию с изложением собственной точки зрения на изученную информацию.

В таблице необходимо представить анализ 5–6 типов личности. Завершая работу, необходимо сделать вывод, в котором необходимо высказать собственную оценку, отметить, каким положениям вы отдаете предпочтение. Обоснуйте свою точку зрения. Размер шрифта 12. Объем выполненного задания должен составлять 8–10 страниц.

2.6. Психосоциальная теория Э. Эриксона

Эрик Эриксон (1902–1994), как и ряд других исследователей, является представителем неопрейдизма. При этом с отдельными положениями З. Фрейда он соглашался, а от других полностью отказался [17].

Укажем сходства и различия в положениях З. Фрейда и Э. Эриксона.

Так, Э. Эриксон отошел от центральных положений З. Фрейда о врожденных сексуальных влечениях человека и принципе удовольствия.

Э. Эриксон, с одной стороны, берет за основу структуру личности по З. Фрейду, но среди структурных компонентов он рассматривает «Эго» или «Я» как самостоятельную инстанцию, которая активна, сознательна и целенаправленно действует в окружающем мире.

Приоритетными в его теории являются социальные условия развития и воспитания человека. Влияние социума допускалось и З. Фрейдом, но рассматривалось оно достаточно узко в системе отношений «ребенок – родитель». Э. Эриксон значительно расширяет границы социальных отношений и рассматривает не только динамику отношений между членами семьи, но социокультурные условия, в которых оказывается личность.

З. Фрейд концентрирует свое внимание на личности, страдающей неврозами в период зрелости, но причины и источники их возникновения, по мнению автора, стоит искать в детстве. Э. Эриксон, наоборот, основное внимание отводит нормальному, здоровому личностному развитию человека и подчеркивает, что в процессе

развития человек становится все более компетентным, способным преодолевать трудности психосоциального характера.

По мнению З. Фрейда, психическое развитие личности заканчивается по достижению генитальной стадии (то есть к 18 годам), а с точки зрения Э. Эриксона, психическое развитие происходит на протяжении всего онтогенеза развития: от рождения до смерти. Хотя стоит отметить, что первые пять стадий психического развития по возрастным границам у З. Фрейда и Э. Эриксона совпадают. Согласно им и в том, что стадии развития человека предопределены и порядок их прохождения является неизменным [17].

По мнению Э. Эриксона, человек в своем личностном развитии последовательно проходит восемь психосоциальных стадий. Каждая психосоциальная стадия сопровождается определенными социальными требованиями, которые должны быть разрешены в процессе кризиса. Кризис — это поворотный момент в развитии, в котором могут разрешиться предъявляемые социальные требования, а могут и не разрешиться. Разрешение кризиса зависит от того, какой компонент — позитивный или негативный — «вбирает» в себя «Эго».

Если «Эго» «вбирает» содержание положительного компонента (доверие, инициатива, компетентность), то личность становится более зрелой, адаптированной, сильной. Если же в структуру «Эго» встраивается негативный компонент (недоверие, чувство вины, изоляции, стагнации), то личность складывается обособленной, незрелой, менее адаптированной к социуму.

Таким образом, итогом разрешения кризиса должно явиться определенное качество. Желательно, чтобы оно было положительным. Но если оно не сложилось на определенной стадии развития, то есть вероятность того, что оно может сформироваться на последующей стадии развития, только процесс пойдет труднее и потребует от личности большего напряжения. Автор отмечает, что разрешение кризиса на каждой конкретной психосоциальной стадии происходит у личности с различной скоростью и с разным успехом. В этом прослеживается эпигенетический принцип развития.

Рассмотрим более подробно психосоциальные стадии развития личности по Э. Эриксону.

Младенчество (от рождения до 1 года) — базовое доверие против недоверия.

Чувство доверия к миру начинает складываться у младенца, если родители проявляют по отношению к ребенку последовательность, предсказуемость и надежность в своих действиях. Если ребенок чувствует, что родитель последователен и надежен, то у него вырабатывается чувство базового доверия вначале к родителям, а затем и к миру в целом. Ребенок начинает осознавать, что, когда он мокрый или голодный, он может рассчитывать на то, что другие люди помогут ему облегчить его страдания. По мнению автора, чувство доверия не зависит от количества пищи и проявления родительской нежности, а, прежде всего, от уверенности родителей в своих действиях. Осуществляя те или иные действия, родители передают ребенку своего рода глубокое, почти органическое убеждение в том, что они поступают правильно. Это имеет значение для ребенка. Именно чувство уверенности в действиях взрослых способствует развитию чувства доверия к миру. Показателем сформировавшегося чувства доверия к матери у ребенка является то, что он без особой тревоги и гнева способен переносить исчезновение матери из поля зрения [17].

Э. Эриксон отмечал, что на данной стадии развития необходимо формировать не только положительный компонент, но и создавать определенные условия для «роста» отрицательного компонента. Если будем формировать только чувство доверия, то ребенок станет излишне доверчивым, что тоже не всегда хорошо. Поэтому младенец «должен испытывать в значительной мере и недоверие, для того чтобы научиться обоснованно доверять» [17, с. 222]. По окончании данной стадии «у младенца должен преобладать положительный баланс доверия относительно недоверия. Только тогда в данном случае складывается стержневое качество „Эго“ надежда. Надежда — это ожидание, что, несмотря на препятствия, трудности и разочарования, в будущем произойдут позитивные события. Именно надежда позволяет ребенку продвигаться вперед и не бояться новых трудностей» [6, с. 350]. Развитие чувства доверия к миру будет происходить и на последующих стадиях, но доминирующим оно является на первом году жизни.

Может произойти так, что чувство недоверия будет преобладать над доверием. Э. Эриксон выделяет причины, способствующие развитию у ребенка чувства недоверия к миру:

1) когда родители чувствуют себя неуверенно в роли родителей (то есть они сомневаются в правильности своих действий);

2) когда мать рано возвращается к профессиональной деятельности, ребенок в данном случае не чувствует себя центром внимания матери;

3) когда в семье появляется следующий ребенок, и мать все свое внимание переключает на него;

4) когда система воспитания ребенка в семье значительно отличается от традиционной и принятой в данной культуре системы воспитания. Данная ситуация создает для ребенка атмосферу двусмысленности и неопределенности.

Раннее детство (от 1 года до 3 лет) — автономия от чувства стыда и сомнения.

На данной стадии ребенок начинает проверять меру своих возможностей. Ребенок стремится быть самостоятельным и независимым от взрослых, он пытается сам кушать, одеваться, умыться. От ребенка все чаще можно услышать «Я сам», «Я могу». Свою автономию они выражают также в единственном слове «нет». С помощью решительного и настойчивого слова «нет» дети бросают вызов всякому внешнему контролю. Ребенок считает, что если он с чем-то согласится, то потеряет свою независимость и автономность [6].

Э. Эриксон раскрывает источник развития автономии, стыда и сомнения. Автономия берет начало из внутреннего источника: биологическое созревание дает возможность совершать самостоятельные поступки. Стыд и сомнение приходят от осознания социальных ожиданий и внешнего давления и контроля. «Стыд — это такое чувство, когда человеку кажется, что он выглядит неподобающим образом в глазах окружающих. Сомнение возникает у человека из осознания, что он не столь могуществен, что другие могут выполнять какие-то действия лучше него» [6, с. 352].

Если данная стадия разрешается позитивным образом, то есть с преобладанием чувства автономии против чувства стыда и сомнения, то складывается такое качество, как воля. По мнению

Э. Эриксона, воля — это «неукротимая решимость осуществлять свободный выбор, а также сдерживать себя» [6, с. 353]. Воля позволяет контролировать свои импульсы и отказаться от того, чего не стоит делать, или нельзя сделать в данный момент.

Как и на предыдущей стадии, автор указывает на причины, способствующие развитию негативного компонента, то есть стыда и сомнения:

1) если родители чрезмерно опекают своего ребенка, раздраженно и настойчиво делают за него то, что тот может сделать сам;

2) если родители ожидают от ребенка, что он сделает сам, а ребенок в силу возрастных возможностей этого выполнить еще не может (например, трехлетний ребенок не может сам завязать шнурки).

Дошкольный возраст (от 3 лет до 6 лет) — инициатива против чувства вины.

Ребенок в этот период входит в более широкий социальный мир. На данной стадии ребенок становится активным, инициативным, строит планы на будущее, ставит перед собой конкретные цели и стремится их достичь. У ребенка появляется дополнительная ответственность за себя, за домашних животных, за младших братьев и сестер. Ребенок демонстрирует высокую познавательную активность, задает много вопросов, интересуется знаниями из различных областей, экспериментирует, пытается принять участие на равных в совместных действиях со взрослым. Если активность ребенка взрослым поощряется и поддерживается, то чувство инициативы развивается и закрепляется.

Если же взрослый, наоборот, сдерживает волеизъявление ребенка, порицает его инициативу, фантазию, наказывает и пристыживает его за активные действия, то у ребенка складывается чувство вины. Если «ребенок скован чувством вины, то он испытывает покинутость, собственную никчемность. Как правило, такие дети не могут постоять за себя, так как им не хватает решительности, в группе сверстников они остаются ведомыми и чрезмерно зависят от взрослых» [17, с. 225]. Ребенку на данной стадии приходится находить компромисс между собственной активностью, инициативностью и тем, чтобы не вызвать чувство раздражения у взрослых, прежде всего родителей. Положительным результатом прохождения данной стадии является развитие такого качества, как целеустремленность.

Школьный возраст (от 6 до 12 лет) — трудолюбие против чувства неполноценности.

По мнению психологов, данный возрастной период развития характеризуется как стабильный и спокойный. В этот период ребенок «охотно направляет все свои силы на усвоение полезных навыков и приемов более широкой социальной среды. Содержание усваиваемых знаний и навыков ребенком зависит от уровня развития культуры. Так, в условиях, подобных примитивному обществу, ребенок учится ориентироваться на местности, находить пищу, изготавливать предметы обихода и быта. В современных технологических обществах дети, как правило, поступают в школу, где осваивают такие интеллектуальные навыки, как письмо, чтение, счет. Но независимо от уровня развития общества ребенок учится выполнять осмысленную работу и развивать такие качества „Эго“, как „устойчивое внимание и прилежание“» [6, с. 355]. Именно на этой стадии ребенок учится «любить учиться».

В противовес трудолюбию у ребенка может сложиться чувство неполноценности. Э. Эриксон указывает на причины, способствующие возникновению чувства неполноценности у ребенка:

1) если ребенку в начале обучения сопутствует постоянно неудача и неуспех; так поначалу ребенок прилагает усилия по исправлению ситуации, но если неуспех по-прежнему сопровождает ребенка, то он опускает руки;

2) если ребенка в школе оценивают не по достижениям и успехам в обучении, а по иным критериям, например по социальному положению, по национальности, по расовой и религиозной принадлежности;

3) если ребенку не удалось успешно разрешить конфликты более ранних стадий, так, например, если на второй стадии у ребенка преобладало сомнение, а не автономия, то это может усугубить чувство неполноценности на данной стадии.

«Успешное прохождение данной стадии ведет к развитию такого качества, как компетентность. По мнению Э. Эриксона, компетентность — это непринужденность в использовании интеллекта и навыков при выполнении задач, без помех со стороны чрезмерного чувства неполноценности» [6, с. 356].

Юношеский возраст (от 12–13 до 19–20 лет) — эго-идентичность против спутанности ролей или ролевого смешения.

Этому периоду автор уделил существенное внимание, так как он является очень важным этапом в психосоциальном развитии человека, и от особенностей его прохождения зависит психологическое и социальное благополучие человека в дальнейшем. На данном этапе между детством и взрослостью подростку и юноше предстоит ответить на ряд основных вопросов:

1. Кто я, что я собой представляю?
2. Как я выгляжу в глазах других людей и оправдываю ли я их ожидания?
3. Чем я буду заниматься в будущем и какое место займу в обществе?

Решение данных задач выпадает на пик физического роста и полового созревания. В этот период подросток стремится создать целостное представление о самом себе, которое включает осознание прошлого, настоящего и будущего, то есть эго-идентичность.

Как известно, формирование идентичности происходит на протяжении всей жизни, но на данном возрастном этапе оно достигает пика. Процесс формирования идентичности происходит посредством бессознательной и осознанной идентификации или уподобления. Из-за недостаточной уверенности в себе подросток или юноша стремится «примкнуть к определенной группе» и начинает демонстрировать приверженность к конкретной группе через ценности, вкусы, предпочтения и поведение, и выражать нетерпимость и жестокость к тому, что не соответствует данной группе. Процесс формирования идентичности требует от подростка или юноши способности отказаться от ценностей и норм, которые сложились в детстве, в семье, и принять то, что соответствует его собственным потаенным желаниям. Таким образом, процесс формирования идентичности требует от подростка определить для себя некоторую «центральную перспективу и направление, некоторое рабочее единство, из эффективных остатков детства и надежд, связанных с предвосхищаемой взрослостью» [6].

Оказывается, что подросток не всегда может достичь личной идентичности. Э. Эриксон определяет причины, затрудняющие

процесс формирования эго-идентичности, что и приводит к ролевому смешению:

1) если подросток и юноша не хочет взрослеть и сохраняет инфантильную позицию в жизни, не хочет продолжать образование, затрудняется в выборе карьеры;

2) если подросток испытывает чувство своей бесполезности, бесцельности, душевного разлада, не видит своего места в обществе, смысла в определенной деятельности, что зачастую приводит к отклоняющемуся поведению;

3) если подросток одарен и одинаковая успешность в нескольких областях затрудняет его профессиональный выбор, он также не видит своего места в обществе.

Положительным качеством на данной стадии развития является верность. Верность, по мнению Э. Эриксона, трактуется как способность свободно выполнять взятые на себя обязательства, оставаться верным ценностям и в целом выбранному пути.

Молодость, или ранняя взрослость (от 20 до 25 лет), – достижение близости (интимности) против чувства изоляции.

В этот возрастной период происходит, как правило, поиск спутника жизни, желание тесно сотрудничать с другими людьми и устанавливать с ними близкие доверительные отношения. Молодой человек может перейти к реальной близости только тогда, когда он обрел чувство личной идентичности. В этом случае молодой человек не боится потерять свое «Я», раствориться в другом, а, наоборот, готов «смешать свою идентичность с другим человеком». Это и есть основное условие прочного брака, по мнению Э. Эриксона. Как известно, интимность (или близость) автор понимал достаточно широко, как сокровенное чувство, которое мы испытываем к супругам, друзьям, братьям, сестрам, родителям и другим родственникам, и как способность верить себя кому-либо, проявлять эмпатию и открытость к другим людям [17].

Противоположным полюсом на данной стадии выступает чувство изоляции. Данное чувство проявляется у тех молодых людей, которые излишне поглощены собой, избегают доверительных межличностных отношений их отношения с другими людьми поверхностны, формальны, их общение строится вокруг таких нейтральных

тем, как природа и погода. Для них вовлеченность в близкие интимные отношения сопровождается угрозой потери личной идентичности. Хотя, как утверждает Э. Эриксон, ни одна пара не испытывает абсолютной близости, так или иначе чувство изоляции периодически возникает, но чувство близости оказывается сильнее него.

Э. Эриксон выделяет причины, способствующие развитию чувства изоляции:

1) слишком урбанизированное, мобильное и обезличенное технологическое общество, которое не предоставляет условий для доверительных отношений;

2) психологический тип личности, который способен к манипулированию и эксплуатированию других людей.

Как видим, причины кроются как в самих социальных условиях общества, так и в особенностях самой личности.

Положительным качеством, складывающимся как итог позитивного прохождения данной стадии, является любовь. «Любовь он рассматривает как способность верить себя другому человеку и оставаться верным этим отношениям, даже если они потребуют уступок, жертв и самоотречения. Такой тип любви проявляется в отношениях взаимной заботы, уважения и ответственности за другого человека» [17, с. 232].

Зрелость, или средняя взрослость (от 26 до 64 лет), — продуктивность против чувства инертности или генеративность против чувства стагнации.

По мнению Э. Эриксона, «когда два человека достигли определенной степени близости, их интересы начинают выходить за рамки их двоих, и они начинают задумываться о будущем поколения. Основным проявлением для данной стадии является генеративность или продуктивность» [6, с. 360]. Продуктивность автор понимал в двух проявлениях: во-первых, как воспроизводство на свет детей (то есть рождение детей); во-вторых, как создание и разработка идей и вещей в процессе собственной профессиональной деятельности.

В своей теории Э. Эриксон большее внимание уделил проявлению продуктивности в первом аспекте. Так, «наличие в семье детей не является гарантией и показателем продуктивности. Родители должны не только производить потомство на свет, но и защищать

его и направлять собственных детей по жизни, то есть заботиться о них. А для этого родителям приходится жертвовать собственными потребностями, не поддаваться соблазнам, прихотям и желаниям. Когда взрослый человек может управлять и контролировать собственные потребности, только тогда он способен на проявление истинной заботы о молодом поколении» [6, с. 360].

Отсутствие детей не говорит о том, что человек не способен к генеративности. В данном случае человек проявляет генеративность, реализуясь в профессиональной деятельности, передавая свой опыт и знания молодому поколению.

На этой стадии при неблагоприятной ситуации развития может проявиться чрезмерная сосредоточенность на себе, своих потребностях, что и приводит к личностному застою и стагнации. В данном случае взрослый человек начинает относиться к себе как к ребенку, баловать себя, потакать своим желаниям и слабостям, он не способен проявить заботу о другом, и в целом происходит потеря смысла жизни.

Э. Эриксон указывает на причины, порождающие в период зрелости чувство застоя и стагнации:

1) если собственное детство родителей было настолько бессодержательным или фрустрирующим, то они не понимают, что можно сделать для своих детей;

2) если взрослые люди больше поглощены своими успехами и самими собой, то пренебрегают обязанностями заботиться о других.

Положительным качеством, которое складывается как итог развития данной стадии, безусловно, является забота.

Старость (от 65 лет и до смерти) — целостность Эго против чувства отчаяния.

В этот период человек подвергает обзору и анализу свою прожитую жизнь. Так, оглядываясь на свою жизнь ретроспективным взглядом, человек задается основными вопросами: «Была ли она (жизнь) достойной?», «Имела ли она смысл?». Если человек видит продолжение себя в детях, внуках, творческих достижениях и социальных отношениях, то, подводя итог прожитой жизни, он говорит: «Я доволен». Анализируя собственную жизнь, он видит и допу-

щенные ошибки, однако он их принимает, так как они произошли и были неизбежны из-за отсутствия жизненного опыта и сопутствующих обстоятельств. Таким образом, человек принимает в своей жизни все: и хорошее, и плохое. В этом случае складывается чувство интеграции или целостности Эго.

«Эго-целостность автор трактует следующим образом: как ощущение, что в жизни человека присутствует определенный порядок, и принятие своего единственного цикла как чего-то, что должно было произойти и что сила неотвратимости не допускает какой-либо замены» [6, с. 362]. Эго-целостность — это суммарный результат прохождения всех предыдущих стадий развития.

Противоположным полюсом на данной стадии является чувство отчаяния. Данное чувство возникает в том случае, когда, анализируя собственную жизнь, человек приходит к утверждению, что жизнь не удалась. Собственная жизнь воспринимается как череда нереализованных возможностей, ошибок и неудачных обстоятельств. Человек осознает, что начать жизнь заново уже поздно и невозможно, и у него возникает скрытый страх смерти. Как правило, у таких людей преобладает раздраженный тип настроения: у одних он проследживается в проявлении сожаления к жизни, а у других — в отрицании собственных недостатков и дефектов путем проецирования их на внешний мир.

Та внутренняя борьба и работа, которую ведет пожилой человек, превращает его в философа и порождает такое качество, как мудрость. Мудрость, по мнению автора, всегда отражает вдумчивую, обнадеживающую попытку найти ценность и смысл жизни перед лицом смерти. Именно мудрость складывается как положительное качество на последней стадии развития [6, с. 364.].

Теорию Э. Эриксона часто именуют теорией стадий. Все теории стадий предполагают некую инвариантную последовательность, и теория Э. Эриксона не является исключением. Автор подчеркивал, что каждая стадия присутствует в той или иной форме на протяжении всей жизни, но каждая достигает своего кризиса в определенное время и в определенном порядке.

Последовательность стадий является результатом биологического созревания, и поэтому стадии являются универсальными для всех

культур. Он также отмечал, что более ранние стадии имеют более фундаментальное значение для психического развития человека.

На протяжении жизни человек должен пройти все стадии. Причина «перехода с одной стадии на другую кроется в биологическом созревании и социальном ожидании. Именно эти силы и толкают человека к переходу на следующую стадию развития, согласно определенному временному графику, независимо от того, как прошла предыдущая стадия: успешно или не очень. Безусловно, правильным является утверждение того, что успех на предыдущих стадиях влияет на возможность успеха на последующих стадиях. Но какими бы ни были результаты, силы созревания и социума требуют, чтобы человек брался за решение проблем, присущих каждой новой стадии психического развития» [6, с. 367].

Как уже отмечалось ранее, при прохождении конкретной стадии психического развития складывается определенное качество согласно теории Э. Эриксона, а в соответствии с отечественным подходом это не что иное, как новообразование.

Вопросы для самоконтроля

1. Какие особенности прослеживаются в теории личности Э. Эриксона в отличие от теории З. Фрейда?
2. Как понимается кризис в концепции Э. Эриксона?
3. Какие стадии психического развития выделяются Э. Эриксоном?
4. Какие возможные причины, по мнению Э. Эриксона, способствуют развитию «отрицательного» качества или чувства на каждой конкретной стадии психического развития?
5. Что является причиной перехода от одной стадии психического развития к другой?

Раздел 3. ПОВЕДЕНЧЕСКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ ИЗУЧЕНИЯ ЛИЧНОСТИ

Яркими представителями теорий социального научения являются Дж. Уотсон, Б. Скиннер, А. Бандура, Р. Сирс и др. [6; 17]. Предметом их исследования стало поведение. Как известно, представители данного направления бихевиоризма выступали за то, что предметом психологической науки должно быть видимое, наблюдаемое поведение, а не мысли и чувства, как в психоанализе и когнитивной психологии. По их мнению, любое поведение можно сформировать с помощью различных условных стимулов или подкреплений. Первоначально они представили простейшую формулу $S - R$, в которой отражен механизм образования связей между внешними стимулами и реакциями. С их точки зрения, по воздействию определенного стимула можно предугадать возможную реакцию, а по наблюдаемой реакции предвидеть, какой стимул воздействовал. Но в скором времени данная схема обнаружила свою ограниченность и несостоятельность, и в нее была внесена поправка. Между стимулом и реакцией была включена промежуточная переменная: $S - V - R$. Промежуточная переменная включает такие внутренние процессы, которые влияют на внешнее поведение. Это цели, представления, желания, мотивация человека.

Психическое развитие они понимали как процесс количественного накопления навыков, связей, приспособлений. Развитие происходит в течение всей жизни и никак не зависит от возрастных стадий и периодов. Весь процесс психического развития направлен на процесс социализации. Социализация рассматривается как процесс вхождения человека в общество, процесс приспособления к нему, появление у человека таких качеств и свойств, которые обеспечивают ему жизнь среди других людей. Существенное место в психическом развитии они отводят среде и социальным условиям формирования поведения. Как известно, на этот счет существует следующее высказывание Дж. Уотсона: «...Дайте мне дюжину нормальных, здоровых младенцев и возможность по своему усмотрению выстроить мир, в котором они будут воспитываться, и я гарантирую вам, что, взяв любого, случайно выбранного ребен-

ка, я выращу из него такого специалиста, какого вы назовете: доктора, юриста, художника, торговца, руководителя и, если хотите, даже нищего или вора, независимо от его талантов, склонностей, предпочтений, способностей, призвания или расовой принадлежности его родителей» [6, с. 217].

С позиции теории научения человек приобретает определенное поведение в результате различных типов научения. Выделяются три типа научения:

- классическое обусловливание;
- оперантное (инструментальное) обусловливание;
- обучение посредством наблюдения, имитации и идентификации.

Классическое обусловливание — это простейший тип обучения, когда первоначально нейтральный для человека или животного стимул (звук, запах) приобретает физиологическое значение, если он связан с жизненно важным положительным или отрицательным подкреплением.

Хрестоматийным примером классического обусловливания является выработка реакции страха у маленького 11-месячного Альберта. Первоначально ребенку показывали мягкую белую мышку, и он не демонстрировал реакции страха. Затем показ белой мягкой мышки стали одновременно сопровождать резким звуком. На пятом опыте предъявления маленькому Альберту показывали только белую мягкую мышку, но лицо мальчика сразу морщилось, он начинал хныкать и пытался отодвинуться от нее. Такое поведение мальчика свидетельствовало о возникновении обусловленной реакции страха. Несколько днями позже Дж. Уотсон заметил, что у ребенка произошла генерализация страха на предложенный стимул. Теперь ребенок стал пугаться мягких пушистых предметов — кролика, собаки, шубы, ваты, маски Санта-Клауса [18, с. 71].

Оперантное обусловливание (инструментальное) — это определенная форма поведения, которая формируется благодаря наличию или отсутствию подкрепления. Подкрепление — это любой стимул, который увеличивает вероятность повторения определенной формы поведения. Автором оперантного обусловливания является Б. Скиннер. Так, например, если собака каждый раз встает на задние лапы и «танцует», и за это получает кусочек сахара, то есть

вероятность того, что она будет часто повторять данное действие, чтобы получить желаемую награду.

По мнению Б. Скиннера, подкрепления могут быть двух видов:

- 1) положительными (позитивными);
- 2) отрицательными.

При положительном (позитивном) подкреплении, как правило, к ситуации что-либо добавляется. Так, например, работник, выполнивший свою работу, получает заработную плату; ребенок, демонстрирующий определенное позитивное поведение, получает одобрение со стороны взрослых и т. п.

При отрицательном подкреплении, наоборот, из ситуации устраняются неприятные, болезненные или вызывающие отвращение стимулы, но в то же время они также направлены на выработку определенного правильного поведения. В качестве примеров отрицательного подкрепления могут служить ситуации:

- водитель подчиняется скоростному режиму при вождении автомобиля, чтобы избежать штрафа;
- водитель пристегивает ремень безопасности в автомобиле, чтобы не слышать резкого звука в салоне;
- родители уступают своему ребенку, чтобы не слышать его истерики;
- человек принимает лекарство, чтобы заглушить головную боль;
- ребенок выполняет надоевшую ему работу, чтобы избежать недовольства родителей и наказаний.

С позиции Б. Скиннера, в современном обществе многое в социальном поведении человека строится на основе отрицательно-го подкрепления. Но в то же время отрицательное подкрепление не стоит путать с наказанием.

По мнению автора, между отрицательным подкреплением и наказанием прослеживается существенное различие. Отрицательное подкрепление всегда направлено на выработку желаемого и одобряемого поведения в обществе. Наказание направлено лишь на подавление и пресечение нежелательного поведения. Он также выступал против применения наказаний в процессе формирования поведения и отмечал его неэффективность: наказание указывает на то, чего не стоит делать, но не раскрывает того, как следует посту-

пать в конкретном случае человеку. Наказание дает хотя и быстрый, но непродолжительный эффект; наказание быстро входит в привычку и теряет силу воздействия на человека; наказание вызывает негативные побочные эффекты, такие как страх, тревога, падение самооценки личности.

Наказание, как писал Б. Скиннер, «это самый распространенный в современном мире способ контроля за поведением человека. Схема всем известна: если мужчина ведет себя не так, как вам нравится, ударьте его кулаком, если ребенок плохо себя ведет, отшлепайте его, если люди в другой стране плохо себя ведут, сбросьте на них бомбу» [6, с. 230].

Наказание можно заменить при воспитании ребенка процессом игнорирования. Относительно процесса игнорирования Б. Скиннер высказал следующие положения: игнорирование нежелательного поведения ведет к его угасанию, так как не следует подкрепления конкретного поведения, что и ведет его к ослаблению. Процесс угасания длится долго и требует большого терпения. Процесс угасания может способствовать развитию у человека агрессивного поведения.

Явное предпочтение Б. Скиннер отдавал использованию положительного (позитивного) подкрепления. Человек ведет себя правильно, если его хорошее поведение замечается и одобряется в обществе. Положительное подкрепление не имеет мгновенного эффекта, но оказывает более длительное влияние и практически не вызывает отрицательных эмоциональных состояний у человека. По его мнению, все социальные институты должны быть организованы таким образом, чтобы человек систематически получал положительное подкрепление за желаемое поведение [10, с. 121.]. Тогда будет исключена необходимость широко прибегать к наказанию. В качестве стимулов положительного (позитивного) подкрепления может служить материальное вознаграждение в виде денег, знаков любви, одобрения, внимания со стороны других людей, имеющих огромное влияние на человека.

Последователи подвергали критическим замечаниям утверждения Б. Скиннера о том, что успешная социализация ребенка может обойтись без применения наказаний. Позднее было доказано, что

процесс социализации ребенка включает в себя как поощрение, так и наказание.

А. Бандура отмечал, что награда и наказание недостаточны, чтобы научить человека новому поведению. Поэтому новое поведение приобретается благодаря подражанию. Это есть не что иное, как третий тип научения посредством наблюдения, имитации и идентификации. По мнению А. Бандуры, ребенок наблюдает за тем, что делают и как ведут себя другие люди в его социальном окружении, и старается воспроизводить образцы их поведения [10]. При этом ребенок своего рода «отбирает» у других людей те действия, которые привели к положительному результату, и старается их повторить и, наоборот, исключает те действия и поступки, которые оказались неэффективными и получили в обществе негативную оценку.

Автор также отмечает, что при данном типе научения, во-первых, большую активность проявляет сам индивид, потому что он отслеживает последствия собственных действий и запоминает среди них, какие были успешными, а какие бесполезными; во-вторых, индивиду не обязательно быть непосредственным участником какого-либо события, достаточно наблюдать поведение модели и видеть последствия чужого поведения.

«Научение посредством наблюдения важно, так как с его помощью можно регулировать и направлять поведение ребенка, предоставляя ему возможность подражать авторитетным образцам» [10, с. 124]. Таким образом, человек выбирает для подражания такие модели, которые сопряжены с проявлением власти, компетентности и престижа, так как это ведет к желательным для него последствиям. В качестве моделей для подражания выбирается поведение окружающих своего пола и возраста, которые успешно решают задачи, аналогичные задачам самого субъекта. А также модели эмоционально привлекательные, вызывающие у субъекта восхищение, любовь, симпатию. Для детей и подростков важно, чтобы модель демонстрировала поведение ребенка более старшего возраста, чем наблюдаемый субъект. Но встречается также и подражание неэффективной модели поведения, и усваиваются они с целью «запаса на будущее» [6].

В заключение следует отметить, что представители данного направления в качестве предмета исследования указали процесс формирования поведения. Безграничную роль в формировании поведения они отводят социальным условиям, то есть тем стимулам, которые поставляются средой. С помощью определенных социальных условий можно «лепить» любое желаемое поведение вопреки внутренней природе человека. Психическое развитие человека понимается как тренировка и выработка определенных форм поведения в результате воздействия тех или иных стимулов. Воздействие среды остается для субъекта внешним и не преломляется через внутренний мир личности.

Вопросы для самоконтроля

1. Какие типы научения выделяются в теории поведения? Дайте им определения.
2. Какие виды подкрепления существуют, по мнению Б. Скиннера?
3. Какие отличительные особенности прослеживаются между отрицательным подкреплением и наказанием?
4. Почему наказание неэффективно для выработки у человека желаемого поведения?
5. Как вы понимаете механизм научения новому поведению посредством подражания? Отметьте достоинства и недостатки данного способа.

Раздел 4. ГУМАНИСТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Возникновение данного направления уходит корнями далеко в прошлое. Гуманизм в разное время принимал различные формы. Он возник в то время, когда люди чувствовали, что существующая система или власть подрывают достоинство человека и лишают его свободы и самостоятельности.

Ранние гуманистические концепции Э. Роттердамского и Т. Мора (в XVI веке) были направлены против религиозных догм и были созданы в тот момент, когда церковь побуждала людей слепо придерживаться религиозных доктрин, что лишало человека способности самостоятельно мыслить, а также подрывало человеческое достоинство.

Наибольшего расцвета гуманистические взгляды получили в XVIII веке в эпоху Просвещения, и связаны они с именем Дж. Локка. До утверждений Дж. Локка считалось, что человек по своей природе зол и агрессивен, и поэтому приходится его подавлять и сдерживать. Но, согласно подходу Дж. Локка, человек является продуктом своей среды, а чтобы изменить человека и сделать его лучше и добрее, необходимо изменить среду, и тогда подавление человека исчезнет само собой. В эпоху Просвещения философы верили в неограниченные возможности человека и возможности его совершенствования и роста.

Гуманистическую психологию считают «третьей силой» в противовес бихевиоризму и психоанализу. Одним из ярких представителей гуманистического направления является А. Маслоу (1908–1970). Детство А. Маслоу было далеко не счастливым. Мать была очень жестоким человеком и сурово наказывала за малейшие провинности, а среди детей в семье предпочитала двоих младших детей. В детстве он испытывал сильное чувство неполноценности из-за своего щуплого тела и огромного носа. В период юности, по его воспоминаниям, приходилось вести «постоянную борьбу с гигантским комплексом неполноценности, компенсировать хорошей атлетической подготовкой», но утвердиться и самореализоваться в спорте ему не удалось. С тем же рвением он занялся наукой, о чем свидетельствует его высказывание: «Я вырос в библиотеках, среди книг, почти без друзей». Хотя ему и нравилось учиться в школе,

но приходилось очень трудно адаптироваться к процессу обучения в колледже.

А. Маслоу писал: «Вся моя жизненная философия и мои исследования, в конце концов, имеют один общий исток: они питаются ненавистью и отвращением ко всему тому, что воплощала в жизни она (моя мать)» [19, с. 473].

В начале творческого пути А. Маслоу был ярким приверженцем бихевиоризма, но постепенно он отказывается от данного направления. Свой отказ он обосновывает следующими аргументами:

- бихевиористы представляют очень узкий и односторонний взгляд на природу человека;
- они акцентируют свое внимание на «внешнем» поведении человека и тем самым лишают человека подлинного смысла и глубины, ставят человека на одну планку с животным либо с машиной;
- поведение человека нельзя объяснить и интерпретировать только через стимулы и детерминанты внешней среды; поведение человека нельзя полностью просчитать через модель «стимул — реакция».

У представителей гуманистического направления критические замечания вызывал и психоанализ. Гуманисты подвергали критике следующие моменты:

- психоанализ сосредоточил свое внимание на темной стороне человеческой психики;
- интерес был сосредоточен не на изучении здоровой личности, а на личности, страдающей неврозами;
- была преувеличена роль бессознательного в психике человека, недостаточное внимание уделялось сознательной сфере личности;
- отношение к природе человека было пессимистическое, способность личности «расти и совершать свободный выбор» не рассматривалась;
- иррациональные силы бессознательного рассматривались в качестве детерминанты психического развития личности.

Несмотря на ряд критических замечаний в адрес психоанализа, гуманисты высоко оценивали попытки психоаналитиков исследовать внутренний мир человека на самом глубинном уровне.

А. Маслоу не стремился к отрицанию учения З. Фрейда и Дж. Уотсона, а, наоборот, старался учесть в указанных направ-

лениях полезное, значимое и ценное для человечества, чтобы двигаться дальше в изучении человеческой природы.

А. Маслоу обнаружил, что он одновременно и уважал эти две современные психологии, и был недоволен ими.

По убеждению А. Маслоу, «нельзя понять психических заболеваний, не поняв психического здоровья. Не только Фрейд, но и Гамильтон, Гоббс, Шопенгауэр делали свои выводы о человеческой природе, наблюдая худшие, а отнюдь не лучшие проявления человека. Положительные аспекты человеческого поведения, такие как счастье, радость, удовлетворенность, благополучие, приподнятое настроение, игнорировались учеными так же, как и положительные качества — доброта, великодушие, дружба. Ученые обращали внимание на недостатки, слабости человека и почти или совсем не рассматривали его сильные стороны, его потенции» [8, с. 344].

Автор отметил, что изучение душевных заболеваний необходимо, но не достаточно, как и изучение животных. Изучение средних индивидуумов само по себе не решит проблемы, так как для понимания душевных заболеваний требуется глубокое понимание душевного здоровья. Маслоу пришел к идее о том, что можно многое узнать о человеке и его потенциальных возможностях, если изучать здоровых и наиболее зрелых людей, то есть ту часть человеческого общества, которую он назвал «растущей верхушкой».

Изучение душевного здоровья было предпринято А. Маслоу первоначально не как научное исследование, а как попытка удовлетворить собственное любопытство. Он попытался понять двух выдающихся профессоров, которые добились столь внушительных результатов. В итоге А. Маслоу пришел к выводу о том, что они обладали общими характеристиками. «Вдохновленный такими данными, молодой Маслоу попытался выяснить, а можно ли обнаружить данный тип личности еще где-либо. Таким образом, началось развернутое исследование вполне зрелых людей — то есть самоактуализирующейся личности» [8, с. 352].

Самоактуализацию он понимал как «полное использование таланта, способностей и потенциала личностью», которая полностью осуществляет себя и действует наилучшим образом.

В своем исследовании А. Маслоу выделил три категории:

- 1) «явно самоактуализирующиеся» личности;
- 2) «частично самоактуализирующиеся» личности;
- 3) «потенциальные объекты исследований».

«В первую категорию вошли следующие представители: Авраам Линкольн, Альберт Эйнштейн, Элеонора Рузвельт, Уильямс Джеймс, Спиноза. Во вторую категорию вошли пять современников, которые оказались неудачниками, но обладали рядом признаков, характерных для самоактуализирующейся личности. В третью категорию вошли двадцать молодых людей, развивающихся в направлении самоактуализации, а также такие представители, как Гете, Джордж Вашингтон, Пьер Ренуар, Петр Кропоткин, Томас Мор и другие» [8, с. 353]. Опираясь на данные, отраженные в литературных и биографических источниках и наблюдаемые факты непосредственно очевидцами, Маслоу представил целостную характеристику самоактуализирующейся личности.

Так, наиболее универсальной чертой такой личности является способность видеть жизнь ясно, такой, какая она есть на самом деле, а не приукрашать в соответствии со своими желаниями, потребностями и эмоциями. У нее (личности) отсутствует ложный оптимизм и пессимизм.

«Благодаря объективному восприятию действительности у личности складывается ясное представление о том, что правильно и что ошибочно. Она точнее предсказывает будущее, правильно трактует происходящие события в разных областях жизни, легче проникает в скрытую и запутанную действительность и описывает ее точнее, чем средние индивиды» [8, с. 355].

Личность «обладает скромностью, способностью внимательно слушать других, признавать, что они многого не знают и у других могут чему-то научиться. Им свойственна простота и отсутствие высокомерия. Эти качества их очень роднят с ребенком. Как ребенок смотрит на мир широко раскрытыми глазами и некритично, так именно они смотрят на человеческую природу самих себя и других людей» [8, с. 355].

Эта личность «предана какой-то работе, задаче или занятию, которое она считает очень нужным. Они (личности), как правило,

заинтересованы в своей работе и поэтому очень усердно трудятся. Работа служит для них источником удовольствия, и для них размывается грань между работой и игрой. Преданность работе является одним из условий личностного роста, самоактуализации и счастья. Для этой личности важно не только исполнять свое дело, но и выполнять его очень хорошо. Быть не просто врачом или педагогом, а быть лучшим среди них. Чтобы стать таким профессионалом в определенной области, необходимо проявлять дисциплину, тренировку и умение отказаться от развлечений ради своего дела» [8, с. 355–356].

Универсальной чертой самоактуализирующейся личности является способность к творчеству. Способность к творчеству А. Маслоу отождествляет с душевным здоровьем и полной человечностью. Творческая способность проявляется в гибкости, непосредственности, смелости и способности допускать ошибки, в стремлении не бояться насмешек со стороны окружающих. Способность к творчеству в основном с возрастом снижается, а у самоактуализирующейся личности этого не происходит, у нее может легко восстановиться наивный детский подход. «Почти каждый ребенок, — говорит Маслоу, — может сочинить песенку, или стишок, или танец, или рисунок, или игру экспромтом, без планирования или предварительного намерения» [8, с. 356].

Творческая личность обладает гибкостью — она «способна изменяться, когда изменяется ситуация, разрушать свои ранее сформированные навыки, встречать лицом к лицу неясные и меняющиеся условия, не испытывая излишнего стресса. В отличие от ригидных, негибких людей творческая личность не воспринимает неожиданность как угрозу» [8, с. 357].

«Самоактуализирующемуся человеку свойственна низкая степень внутреннего конфликта. Он не воюет сам с собой; его личность обладает цельностью. Благодаря этому у него остается больше энергии для производительных целей» [8, с. 357].

Самоактуализирующаяся личность более экспрессивна, естественна и проста в общении. Она обычно не чувствует необходимости скрывать свои чувства и мысли или играть искусственные роли. Она способна «высунуться», пренебречь критикой и насмешками, а также сопротивляться влиянию культуры [8, с. 356].

Психологически здоровая личность «одновременно эгоистична и альтруистична: по сути эти две направленности сливаются в некое единство. Здоровая личность находит счастье в помощи другим. Таким образом, для нее бескорыстие оборачивается как бы выгодой. Они (личности) получают удовольствие от удовольствия других людей, что и позволяет называть их альтруистами. Здоровая личность обладает здоровым эгоизмом, который полезен и ей, и обществу» [8, с. 358].

Маслоу подчеркивает, что «здоровый индивид обладает здоровым уважением к себе — уважением, основанным на знании о своей компетентности и адекватности. Он часто пользуется заслуженным уважением со стороны других, хотя и не зависит от него. Такой человек не нуждается в незаслуженной славе или популярности и не ценит ее. Он чувствует свою силу в том смысле, что властвует над собой. Он не боится и не стыдится себя, и его не обескураживают допускаемые им ошибки. Это не значит, что он совершенен: и он допускает ошибки, но преодолевает их» [8, с. 358—359].

А. Маслоу также пишет, что поскольку такая личность меньше зависит от других людей, она менее амбивалентна по отношению к ним, менее беспокойна и менее враждебна, меньше нуждается в их похвале и привязанности. Она меньше заботится о почестях, престиже и наградах [8, с. 359].

Такие личности «склонны к тесным дружеским связям, более глубоким, чем у обычных взрослых людей. Их межличностные связи глубоки, но обычно устанавливаются только с немногими лицами, круг интимных друзей обычно узок. Будучи выше других по характеру, возможностям и таланту, они склонны к тесным связям с людьми, обладающими сходными возможностями. ...Они могут быть очень терпимы к недостаткам других: но в то же время они весьма нетерпимы к нечестности, лжи, обману, жестокости и лицемерию» [8, с. 360—361]. Ко всему тому, что не совпадает с их нравственными принципами.

А. Маслоу подчеркивает, что для самоактуализирующейся личности при установлении межличностных отношений важно сходство в таких характеристиках, как честность, искренность, доброта,

и совсем неважны социальный статус, образование, вероисповедование, физическая привлекательность, национальность.

В межличностных отношениях — дружеских, брачных или родительских — всегда отсутствует характер эксплуатации, и обусловлено это большим уважением к себе, а следовательно, и уважением к другим. Высказанная точка зрения А. Маслоу совпадает с мнением Э. Фромма о том, что настоящая любовь к себе или самоуважение гармонирует с любовью к другим, а не противоречит ей. По мнению А. Маслоу, любовь — это непосредственное восхищение и понимающее наслаждение, которое мы испытываем под воздействием прекрасной живописи. Именно такая личность в большей степени походит для счастливого и прочного брака. Супругам доставляет большое удовольствие находиться рядом друг с другом, они способны относиться философски к условиям разлуки и даже смерти партнера. Брак у таких супругов со временем становится только прочнее и крепче. Каждый партнер в браке повышает чувство уверенности в себе и самоуважение второй половинки.

Самоактуализирующиеся личности больше наслаждаются жизнью и больше берут от жизни, они имеют различные интересы и видят в мире красоту значительно чаще. У них меньше страха и беспокойства, а, наоборот, больше уверенности. Они значительно меньше подвержены таким чувствам, как скука, отчаяние, стыд и отсутствие цели. Никогда не устают от жизни, могут вновь и вновь восхищаться закатом или восходом солнца, картиной природы и другими повседневными вещами и явлениями окружающего мира [8, с. 363].

Такая личность обладает способностью быть объективной и сосредоточенной на проблеме, что предполагает определенное личностное отдаление от нее. «Так как у личностей меньше своих собственных проблем, они склонны работать над решением проблем общества: у каждого из них есть в жизни своя миссия, они пытаются ее исполнить. Они более озабочены целями, чем средствами» [8, с. 364].

А. Маслоу подмечает, что самоактуализирующаяся личность проявляет повышенный интерес к детям и очень легко налаживает и выстраивает с ними отношения. Однако они не всегда оказыва-

ются хорошими родителями. Причина кроется в том, что они своим уровнем развития вызывают чувство «обескураженности» у собственных детей.

По мнению А. Маслоу, самоактуализации достигает около одного процента людей в мире в возрасте 60 лет. Самоактуализацию в этом случае они понимают как процесс, а не как результат.

А. Маслоу представляет не только целостную характеристику самоактуализирующейся личности, но также прописывает способы или пути в поведении человека, которые способствуют процессу самоактуализации.

Во-первых, в качестве одного из путей проявляется способность человека полностью и самозабвенно отдаваться своим собственным переживаниям, так как именно в этот момент человек раскрывает свою человеческую сущность и, следовательно, приближается к самоактуализации.

Во-вторых, проявляется способность личности осуществлять последовательно выборы. По мнению автора, существует два вида выбора — прогрессивный и регрессивный. При регрессивном выборе личность склоняется в сторону защиты, безопасности из-за испытываемого страха, тревоги и боязни. Прогрессивный выбор направлен на личностный рост, так как личности приходится выходить из зоны комфорта, известности, традиционно сложившегося способа поведения, наоборот, в сторону нового, неизвестного и качественно другого, более высокого. Такое поведение позволяет личности приближаться к самоактуализации и двигаться в сторону личностного роста.

В-третьих, личности необходимо прислушиваться к внутреннему голосу и поступать, и действовать в соответствии с ним. А. Маслоу указывал на то, что большинство детей, подростков и молодых людей слушают не свой внутренний голос, а встроенный внутрь человека голос мамы, папы, старших, авторитетов и традиций. Автор раскрывает способ, как следует обучать молодых людей прислушиваться к своему внутреннему голосу. Так, например, молодому человеку необходимо определить качество сока и сказать, нравится ли он ему или нет. Для этого необходимо «отключиться» от окружающего мира, перестать обращать внимание на этикетку сока, на рекламу отно-

сительно данного товара, на те суждения и доводы от людей и ту фальшь, которые его окружают. Только в этом случае личность будет приближаться к процессу самоактуализации.

Четвертым условием самоактуализации является способность личности принимать ответственность на себя. Личность актуализируется в тот момент, когда принимает ответственность на себя.

В-пятых, необходимо не быть конформистом, не обладать желанием нравиться другим, а проявлять смелость и высказывать точку зрения, не совпадающую с мнением большинства, быть честным.

В-шестых, чтобы приблизиться к самоактуализации, необходимо выполнять работу так хорошо, насколько ты можешь это делать, поэтому самоактуализирующаяся личность «стремится быть в своем деле среди лучших или, во всяком случае, настолько хорошей, насколько она может быть» [8, с. 54]. Личность стремится проявить свой заложенный потенциал в «полной силе».

В-седьмых, важным рубежом на пути к самоактуализации являются испытываемые личностью пиковые переживания. «Пиковые переживания — это такие моменты, когда личность чувствует, что она достигла вершины, благоговения, интенсивного счастья, восторга, блаженства или экстаза» [8, с. 381]. «Пиковые переживания — это момент в жизни индивида, когда он функционирует наиболее полно, чувствует себя сильным, уверенным в себе, полностью контролирующим ситуацию» [8, с. 381]. «...Человек в такой момент решительнее, сильнее, определеннее, более способен противостоять тем, кто оказывается на его пути. Со стороны этот человек представляется более надежным и заслуживающим доверия» [8, с. 381–382].

К. Роджерс пиковые переживания назвал полноценным функционированием. «В этот период интеграции и единства индивид становится более непосредственным, все более и более экспрессивным, чувствующим себя свободным от прошлого и будущего. В эти моменты счастья отсутствуют сомнения, страхи, торможения, соблазны, равно как и чувство неловкости или застенчивости» [8, с. 382].

Маслоу отмечает, что «пиковые переживания могут порождаться многими стимулами: слушанием великой музыки, крупными спортивными достижениями, танцами, рождением ребенка. ...Любая встреча с подлинным совершенством, любое движение к под-

линной справедливости, к подлинным ценностям вообще обладает тенденцией производить пиковые переживания» [8, с. 382].

Примеры пиковых переживаний, испытываемых личностью, приведенные А. Маслоу.

Пример 1. «Молодая мама суетится на кухне и кормит мужа и маленьких детей. В лучах проникающего в комнату солнца дети, чисто и красиво одетые, болтают за едой. Муж непринужденно общается с детьми. Когда жена смотрит на мужа и детей, она внезапно так очаровывается их красотой, ее так переполняет любовь к ним и ощущение счастья, что она испытывает пиковое переживание» [8, с. 382].

Пример 2. «Хозяйка дома после приема гостей, где все прошло великолепно, прощается с последним гостем, садится в кресло и, оглядывая оставшийся после вечеринки беспорядок, приходит в состояние счастья и радости» [8, с. 382].

По мнению А. Маслоу, пиковые переживания включают: «истину, красоту, цельность, преодоление дихотомий, жизненность, уникальность, совершенство, необходимость, завершенность, справедливость, порядок, простоту, богатство жизненных проявлений, непринужденность, склонность к игре и самодостаточность» [8, с. 382–383].

А. Маслоу рассматривает самоактуализацию как высшую потребность человека в иерархии потребностей. По мнению автора, чтобы достичь самоактуализации, необходимо удовлетворить ряд следующих потребностей: физиологические потребности, потребность в безопасности, потребность в зависимости и любви, потребность в самоуважении и уважении других.

А. Маслоу отмечает, что самыми базовыми и обязательными потребностями являются потребности, связанные с физическим выживанием — потребности в пище, воде, сне, кислороде. А. Маслоу пишет, что «субъект, которому недостает пищи, самооценки и любви, прежде всего, потребует пищи, и пока эта потребность не удовлетворена, будет игнорировать или отодвигать на задний план все другие потребности... Для человека, который сильно и опасно голоден, не существует других интересов, кроме еды. Она ему снит-

ся, он ее вспоминает, о ней думает, ей посвящены его чувства: только ее он воспринимает и только ее хочет... О таком человеке действительно можно сказать, что он жив хлебом единым» [8, с. 367].

Таким образом, «физиологические потребности оказывают мощное влияние на человеческое поведение. Но это происходит до тех пор, пока они не удовлетворены» [8, с. 368]. А как только они удовлетворяются, то сразу появляются другие потребности.

«Как только физиологические потребности в достаточной мере удовлетворены, на первый план выдвигаются те, которые Маслоу описывает как потребности в безопасности... Психологически здоровый субъект ищет порядка и стабильности, но это для него, в отличие от невротика, не вопрос жизни и смерти. Зрелый индивид вместе с тем проявляет интерес к новому и таинственному» [8, с. 368–369].

Как только физиологические потребности и потребности в безопасности удовлетворены, основное место занимают потребности в любви, привязанности и зависимости. Теперь субъект «будет нуждаться в эмоциональных отношениях с людьми, в занятии достойного места в своей группе, и он будет интенсивно добиваться достижения этой цели. Он будет желать этого больше всего на свете и может даже забыть то, что, когда был голоден, смеялся над любовью как над чем-то нереальным, необязательным или неважным» [8, с. 369]. Отсутствие любви подавляет личностный рост и развитие потенциала индивида.

«Любовь требует, чтобы ее и давали, и получали. Мы должны понимать любовь; мы должны быть способны учить ей, создавать ее, предсказывать ее, или же мир будет поглощен враждебностью и подозрительностью» [8, с. 370].

Затем актуальной становится потребность в оценке. Потребность в оценке прослеживается по двум направлениям:

- 1) потребность в самоуважении;
- 2) потребность в уважении со стороны других.

Потребность в самоуважении включает такие потребности, как желание уверенности в себе, компетентность, мастерство, адекватность, достижения, независимость и свобода.

Потребность в уважении со стороны других включает такие понятия, как престиж, признание, принятие, проявление внимания, статус и репутация [8, с. 370].

А. Маслоу пришел к выводу о том, «что потребность в самоактуализации обычно проявляется тогда, когда потребности в любви и в оценке в значительной мере удовлетворены» [8, с. 371].

Представленная концепция А. Маслоу вызывает определенные критические замечания: во-первых, нечетко сформулированы критерии, на основе которых осуществляли выборку для проводимого исследования; во-вторых, использованная выборка мала, чтобы делать такие обобщения; в-третьих, выбор испытуемых был очень субъективен и исходил из собственных взглядов автора. А. Маслоу соглашался со всеми высказанными критическими замечаниями, но считал, что иного метода и способа для изучения самоактуализации на тот момент не существовало.

Вопросы для самоконтроля

1. В какой период развития общества гуманистические взгляды достигли наивысшего расцвета и почему?
2. Почему гуманистическую психологию считают «третьей силой» в психологической науке?
3. С какими положениями психоанализа и бихевиоризма был не согласен А. Маслоу?
4. Какие черты самоактуализирующейся личности выделил А. Маслоу? Перечислите их и дайте им характеристику.
5. Какие противоречия в характеристике самоактуализирующейся личности можно встретить у А. Маслоу?
6. Какие способы и пути способствуют становлению самоактуализирующейся личности?
7. Представьте иерархию потребностей по А. Маслоу.
8. Что такое «пиковые переживания»? Приведите примеры «пиковых переживаний», испытываемых личностью.
9. Какие критические замечания вызывает гуманистическая концепция А. Маслоу?

Задание. Заполните таблицу.

Сравнительный анализ положений теорий личности

Психологическое направление	Автор-представитель	Основные положения его концепции	Методы изучения личности
Индивидуальная теория личности	А. Адлер	1) чувство неполноценности	

Рекомендации по выполнению задания

Изучите психологические направления: психоаналитическое, гуманистическое, поведенческое, укажите авторов-представителей и их выдвинутые положения, а затем прописывайте, какие положения из данных концепций используются в практике психологами и при решении каких проблем.

В таблице необходимо представить анализ учений 6–8 представителей. В заключение работы необходимо сделать вывод и высказать собственную точку зрения о том, каким психологическим направлениям и их положениям вы отдаете предпочтение. Обоснуйте свою точку зрения. Размер шрифта 12. Объем выполненного задания должен составлять 8–10 страниц.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Адлер, А. О нервическом характере / А. Адлер. — Санкт-Петербург [и др.] : Фонд поддержки науки и образования «Университетская книга» [и др.], 1997. — 385 с. — (Классики зарубежной психологии). — ISBN 5-7914-0011-X.
2. Адлер, А. Очерки по индивидуальной психологии / А. Адлер. — Москва : Когито-Центр, 2002. — 218, [1] с. — (Классики психологии). — ISBN 5-89353-050-0.
3. Бурлакова, Н. С. Детский психоанализ : Школа Анны Фрейд : учеб. пособие для студентов вузов / Н. С. Бурлакова, В. И. Олешкевич. — Москва : Академия, 2005. — 279, [1] с. — (Высшее профессиональное образование. Психология). — ISBN 5-7695-1919-3.
4. Исполитова, Е. Н. Модифицированная техника анализа ранних воспоминаний личности / Е. Н. Исполитова, Т. П. Николаева // Вопросы психологии. — 1999. — № 1. — С. 69–76.
5. Костяк, Т. В. Психологическая адаптация первоклассников : учеб. пособие для студентов высших пед. учеб. заведений / Т. В. Костяк. — Москва : Академия, 2008. — 173, [2] с. — (Высшее профессиональное образование. Педагогические специальности). — ISBN 978-5-7695-4582-5.
6. Крэйн, У. Психология развития человека : 25 главных теорий / У. Крэйн. — Санкт-Петербург : Прайм-Еврознак, 2007. — 512 с. — (Психология — лучшее : проект). — ISBN 978-5-93878-395-9.
7. Никольская, И. М. Психологическая защита у детей / И. М. Никольская, Р. М. Грановская. — Санкт-Петербург : Речь 2006. — 340, [2] с. — ISBN 5-9268-0457-4.
8. Маслоу, А. Новые рубежи человеческой природы / А. Маслоу ; под общ. ред. Г. А. Балла [и др.] ; [пер. с англ.: Г. А. Балл, А. П. Попогребский]. — Москва : Смысл, 1999. — 423, [1] с. — (Золотой фонд мировой психологии). — ISBN 5-89357-027-8.
9. Маслоу, А. Мотивация и личность / А. Маслоу ; пер. с англ. А. М. Татлыбаевой. — Санкт-Петербург : Евразия, 1999. — 479 с. — ISBN 5-80710016-6.
10. Обухова, Л. Ф. Детская психология: теория, факты, проблемы / Л. Ф. Обухова. — Москва : Тривола, 1995. — 357 с. — ISBN 5-88415-008-3.

11. Радина, Н. К. «Жизненные сценарии» воспитанников детских домов по материалам ранних детских воспоминаний // Журнал прикладной психологии. — 2003. — № 4–5. — С. 75–80.
12. Роджерс, К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Р. Роджерс ; пер. с англ. М. М. Исениной ; общ. ред. Е. И. Исениной. — Москва : Прогресс [и др.], 1994. — 479, [1] с. — ISBN 5-01-004150-2.
13. Тайсон, Ф. Психоаналитические теории развития / Ф. Тайсон, Р. Л. Тайсон ; пер. с англ. [А. М. Боковой]. — Москва : Когито-Центр, 2006. — 406 с. — (Университетское психологическое образование). — ISBN 5-89353-156-6.
14. Фромм, Э. Бегство от свободы / Э. Фромм ; пер. с англ. Г. Ф. Швейника. — 3-е изд. — Москва : Флинта [и др.], 2006. — 246, [1] с. — (Библиотека зарубежной психологии). — ISBN 5-89349-861-5.
15. Фромм, Э. Человеческая ситуация / Э. Фромм ; под ред. Д. А. Леонтьева. — Москва : Смысл, 1995. — 239 с. — (Золотой фонд мировой психологии ; вып. 1). — ISBN 5-85494-019-1.
16. Хорни, К. Невроз и личностный рост. Борьба за самореализацию / К. Хорни ; пер. с англ. Е. И. Замфир. — Санкт-Петербург : Б. С. К. [и др.], 1997. — 316 с. — ISBN 5-88787-002-3.
17. Хьелл, Л. Теории личности : Основные положения, исследования и применение : учеб. пособие для вузов / Л. Хьелл, Д. Зиглер. — Санкт-Петербург : Питер, 2007. — 606 с. — (Мастера психологии). — ISBN 978-5-88782-412-3.
18. Чекина, Л. Ф. Психология развития : учеб. пособие / Л. Ф. Чекина. — Изд. 2-е, стер. — Санкт-Петербург [и др.] : Лань, 2022. — 208 с. — (Учебники для вузов. Специальная литература). — ISBN 978-5-8114-2980-6.
19. Шульц, Д. П. История современной психологии / Д. П. Шульц, С. Э. Шульц ; пер. с англ.: А. В. Говорунов [и др.] ; науч. ред. А. Д. Наследов. — Санкт-Петербург : Евразия, 2002. — 532 с. — ISBN 5-8071-0007-7.

Содержание

Раздел 1. КЛАССИЧЕСКИЙ ПСИХОАНАЛИЗ	
РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ	3
1.1. Психоаналитическая теория З. Фрейда	3
1.2. Фрейд о психологических механизмах защиты личности	11
1.3. Психологические механизмы защиты у детей	25
Раздел 2. НЕОФРЕЙДИЗМ И ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ	30
2.1. Аналитическая теория личности К. Юнга	30
2.2. Индивидуальная теория личности. Учение А. Адлера	37
2.3. А. Адлер — метод ранних воспоминаний изучения личности	51
2.4. Социокультурная теория К. Хорни	64
2.5. Гуманистический психоанализ Э. Фромма	71
2.6. Психосоциальная теория Э. Эриксона	79
Раздел 3. ПОВЕДЕНЧЕСКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ ИЗУЧЕНИЯ ЛИЧНОСТИ	91
Раздел 4. ГУМАНИСТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ	97
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	110

Учебное издание

Чекина Лариса Федоровна

ТЕОРИИ ЛИЧНОСТИ

Учебное пособие

В оформлении издания использованы иллюстрации с сайта freepik.com

Редактор *Л.П. Казанская*

Технический редактор *Н.П. Крюкова*

Компьютерная верстка: *Л.В. Сызганцева*

Дизайн обложки,

художественное оформление: *Е.В. Веселова*

Подписано в печать 09.07.2025. Формат 60×84/16.

Печать оперативная. Усл. п. л. 6,63.

Тираж 100 экз. Заказ № 1-49-22.

Издательство Тольяттинского государственного университета

445020, г. Тольятти, ул. Белорусская, 14,

тел. 8 (8482) 44-91-47, www.tltsu.ru

