

**Н. С. Аболина**

**РЕТРОСПЕКЦИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ  
ТЕОРИЙ, КОНЦЕПЦИЙ, ПОДХОДОВ**



**Екатеринбург  
РГПУ  
2016**

Министерство образования и науки Российской Федерации  
ФГАОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет»

**Н. С. Аболина**

**РЕТРОСПЕКЦИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ТЕОРИЙ,  
КОНЦЕПЦИЙ, ПОДХОДОВ**

**Учебное пособие**

© ФГАОУ ВО «Российский государственный  
профессионально-педагогический университет», 2016

ISBN 978-5-8050-0608-2

Екатеринбург  
РГППУ  
2016

УДК 159.9(091)(075)

ББК Ю91(0)я7-1

А 15

**Аболина, Наталья Семеновна.**

А 15 Ретроспекция психологических теорий, концепций, подходов [Электронный ресурс]: учебное пособие / Н. С. Аболина. Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2016. 196 с. Режим доступа: <http://elar.rsvpu.ru/handle/123456789/20931>.

ISBN 978-5-8050-0608-2

Рассматриваются предпосылки возникновения психологической науки, основные идеи зарубежной и отечественной психологии в их историческом аспекте, а также психологические теории, концепции, подходы, оказавшие значительное влияние на развитие психологии и получившие практическое применение. Дан перечень основных имен в истории психологии.

Предназначено для студентов, аспирантов и магистрантов психологических и педагогических специальностей и направлений, практикующих психологов и слушателей всех форм повышения квалификации и переквалификации.

Рецензенты: кандидат психологических наук А. А. Печеркина (ФГБОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет»); доктор педагогических наук, профессор Ф. Т. Хаматнуров (ФГАОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет»)

Системные требования: Windows XP/2003; программа для чтения pdf-файлов Adobe Acrobat Reader

Учебное издание

Редактор Т. А. Кузьминых; компьютерная верстка Н. А. Ушениной

Утверждено постановлением редакционно-издательского совета университета

Подписано к использованию 24.06.16.

Текстовое (символьное) издание (1,22 Мб).

Издательство Российского государственного профессионально-педагогического университета.

Екатеринбург, ул. Машиностроителей, 11.

© ФГАОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет», 2016

## Предисловие

Современная психология – это быстро развивающаяся область знаний и практики. Она включает в себя теории, подходы, концепции и направления, которые не всегда согласуются друг с другом, так как создавались на основе разных философских систем и используют различный понятийный аппарат.

По мнению некоторых ученых, психология до сих пор не является наукой в строгом понимании. Она находится на грани науки, мифологии, искусства и эмпирических знаний. Этим объясняются особый интерес к ней, многочисленные ложные представления, сформировавшиеся вокруг нее, пристрастие к одним ее идеям и отрицание других.

Многие направления и теории психологии в разные исторические периоды определялись уровнем развития смежных наук: физиологии, медицины, отдельных отраслей естествознания и т. д. И сейчас выделяются и развиваются специальные прикладные отрасли психологии в тесной взаимосвязи с другими областями знаний, такие как нейропсихология, педагогическая психология, психофизиология, психолингвистика, юридическая психология и др.

Не избежала психология и идеологического влияния. Часто развитие ее направлений, теорий и методов определялось в зависимости от господствующего политического строя и поддерживалось (или запрещалось) им. Специфика развития психологической науки и обучения психологов в нашей стране связана с попыткой создать *советскую психологию*, отрицая и критикуя многие зарубежные теории и направления, в частности психоанализ и бихевиоризм, которые не соответствовали советской идеологии.

В психологии нет единой парадигмы – исходной концептуальной схемы, модели постановки проблем и их решения, методов исследования, принятых в научном сообществе. Психология до сих пор неоднородна – такую точку зрения разделяют многие психологи. Это создает определенные сложности в изучении психологии, понимании логики ее развития, выявлении взаимосвязей ее многочисленных теорий, подходов, направлений, их обосновании и интерпретации.

Тенденцией современной отечественной психологии является развитие ее практических направлений: разработка новых методик психодиагностики, адаптация и апробация зарубежных методик, внедрение новых

методов обучения, коррекции и психотерапии и т. п. В связи с возрастающей ролью психологии в решении практических задач на производстве, в системе здравоохранения, образования, управления становятся более актуальными вопросы исторического развития психологической науки.

Данная работа посвящена истории психологии. Курс истории психологии ориентирован не только на изучение комплекса сведений о психологических учениях, школах, направлениях, но и на формирование представлений об их роли в решении основных проблем психологии и развитии всей психологической науки. Дисциплина «История психологии» является одной из важнейших в общепсихологической и теоретической подготовке будущих психологов, при этом она достаточно трудна для усвоения с точки зрения как содержания, так и объема.

Без ретроспективного взгляда на развитие психологических знаний сложно объяснить современное состояние науки и спрогнозировать ее перспективы; понять причины возникновения научных проблем и разработать методы их решения; осмыслить противоречивость или логичность теоретических построений объяснения психических явлений; определить, продуктивным или тупиковым является то или иное направление исследований. Исторический анализ позволяет выявить преемственность научных идей, адекватность их социально-историческим условиям, эволюцию теорий и подходов и их взаимосвязь. Изучение истории психологии имеет большое образовательное и воспитательное значение: расширяет общий и профессиональный кругозор, формирует психологическое мышление и картину мира.

Существует множество отечественных и зарубежных пособий по истории психологии, но их структура и содержащиеся в них подходы к изучению этой дисциплины сильно различаются, что создает дополнительные сложности. Некоторые из них имеют исследовательский характер и предполагают наличие у читателя высокого уровня психологической и общеобразовательной подготовки, которого студенты не имеют.

Переход на новые образовательные стандарты, изменение научных взглядов, переоценка роли значимых для истории психологии теорий, направлений и их авторов, ярко выраженная ориентация на использование психологических знаний в практике актуализируют потребность в новых учебных пособиях по дисциплине «История психологии», что можно считать достаточным основанием для написания этой работы.

В работе изложены идеи таких отечественных ученых, как А. Г. Асмолов, А. Н. Ждан, В. П. Зинченко, А. В. Петровский, В. Н. Якунин, М. Г. Ярошевский, а также материалы зарубежных исследователей: Т. Лихи, Н. Смита, Р. Фрейджера и Д. Фейдимена, Кэлвина С. Холла и Л. Гарднера, Л. Хьелла и Д. Зиглера, Д. П. Шульц и С. Э. Шульц и др.

Выражаю признательность сотрудникам кафедры теоретической и экспериментальной психологии Российского государственного профессионально-педагогического университета, поддержавшим идею написания этой работы, а также нескольким поколениям студентов нашего университета, с которыми мы осваивали разные психологические дисциплины, чьи любознательность и заинтересованность помогали мне в расширении и переосмыслении психологических знаний и педагогических принципов.

## Введение

*История науки представляет собой длинную цепь продолжений, разработок, отклонений от проторенного пути и возвращений на него, воссоздания знаний на новой основе, критики иных взглядов, новых отклонений от столбовой дороги и возвращений на нее и создания еще чего-нибудь нового. Это тяжелейший и длительный путь.*

*Вильгельм Райх*

Психология как академическая дисциплина – довольно молодая наука, но она имеет богатую историю, которую необходимо знать, чтоб ответить на вопрос: что такое современная психология и как она будет развиваться дальше? а также изменить устоявшиеся взгляды на прошлое психологической науки. Многие современные теории и концепции, психологические школы имеют давнюю историю. Каждая из них имеет своих «предшественников» и не должна рассматриваться как нечто независимое. При ретроспективном анализе направлений и теорий психологии важно учитывать историю и культурный контекст, которые всегда влияют на тематику научных исследований.

Дисциплина «История психологии» занимает особое место в структуре психологической науки и представляет собой систему знаний, которая включает вопросы философии, методологии науки, естественнонаучные основы психических явлений и их взаимосвязь с социальными факторами. Это не только история научных открытий и заблуждений, но и история человеческого поведения, отражающая особенности личности каждого исследователя. Изучение ее позволит понять, как возникали и развивались научные знания, кем и когда были поставлены основные проблемы психологии, насколько успешными были попытки их решения, что было отвергнуто и почему, что вошло в арсенал современной психологии.

Как отмечают отечественные исследователи, существует необходимость выявления общей линии развития психологической науки, что позволит выстроить знания по психологии в единую логическую систему (А. В. Петровский, В. А. Якунин, М. Г. Ярошевский).

Исследователи описывают хронологию развития психологических учений, теорий и направлений, начиная с обзоров философии науки и ис-

тории науки. На протяжении многих веков история психологии была частью истории философии, поэтому значительное место в учебниках занимает история философии, при этом философские и методологические основания у разных авторов значительно различаются (А. Н. Ждан, А. Л. Журавлев, В. А. Кольцова, Т. Лихи, А. В. Петровский, А. В. Юревич, В. А. Якунин, М. Г. Ярошевский).

М. Г. Ярошевский предложил категориальный подход, который основан на категориальном анализе, «цель которого – выявить закономерный и системный характер преобразований научных знаний о психике. Тем самым история психологической науки смыкается с ее методологией»<sup>1</sup>. История психологии рассматривается как процесс становления категорий, принципов и проблем психологии, исторической феноменологии, т. е. научная мысль в динамике.

М. М. Малашкина предлагает вариант популярной истории психологии. Популярность достигается «наглядностью и эмоциональностью изложения»<sup>2</sup> а сама история психологии включает много «любопытных, забавных, страшных и непонятных фактов в порядке их хронологии»<sup>3</sup>, а также афоризмы различных авторов, фрагменты биографий и даже анекдоты про психологов и науку.

В зарубежной психологии существует пять основных подходов (направлений) к изучению психологии человека: психоанализ, бихевиоризм, гештальтпсихология, гуманистическая психология, когнитивное направление. При этом многие психологи-практики не придерживаются строго одного из направлений, а выбирают наиболее подходящее для решения конкретной проблемы. История психологии рассматривается через развитие этих направлений зарубежной психологии (Р. Л. Аткинсон, Р. С. Аткинсон, Э. Е. Смит, Д. П. Шульц, С. Э. Шульц и др.). В зарубежных учебниках почти нет информации о русской и советской психологии, хотя ее значение и влияние идей таких ученых, как В. М. Бехтерев, Л. С. Выготский, А. Н. Леонтьев, А. Р. Лурия, И. П. Павлов, Д. Н. Узнадзе отмечают многие зарубежные исследователи (Дж. Брунер, Ж. Пиаже и др.).

К сожалению, до сих пор не удалось описать связи отечественной и зарубежной психологической науки, определить роль отечественной пси-

---

<sup>1</sup> Петровский А. В., Ярошевский М. Г. История и теория психологии: в 2 т. Ростов н/Д, 1996. Т. 1. С. 6.

<sup>2</sup> Малашкина М. М. Популярная история психологии. М., 2002. С. 8.

<sup>3</sup> Там же. С. 468.



хологии (русской и советской) в развитии мировой психологии. Как отмечает В. А. Якунин, труды по истории отечественной психологии не соотносятся с общим процессом развития мировой психологической науки, и «отечественная психология вновь остается обособленной, оторванной от общего хода развития мировой психологии».<sup>1</sup> Поэтому необходимы исследования по истории отечественной психологии в контексте развития мировой психологической науки.

Современная прикладная психология применяет психологические знания на практике, используя все имеющиеся научные достижения, не особо углубляясь в теоретические вопросы и историю психологии, зачастую ошибочно выбирая теорию или подход. Но ограниченность знаний теоретических основ психологии, ее многообразия, преимуществ и недостатков каждого метода, границ применимости психологических знаний не позволяет квалифицированно и эффективно решать многие практические вопросы.

Еще одной проблемой психологии является смешение многих понятий и терминов: школа и направление психологии; учение, теория, концепция – это зачастую синонимы. В истории психологии сложилась традиция называть научные представления по-разному: учение о бессознательном З. Фрейда, теория интеллекта Ж. Пиаже, культурно-историческая теория (концепция) Л. С. Выготского, гештальтподход Ф. Перлза и т. д. Не всегда исследователи признают учения коллег, ссылаясь на недостаточность эмпирических данных, нелогичность их интерпретации, несоответствие требованиям к теориям, сложившимся в естественных науках, и т. п.

Большое количество популярной информации по психологическим проблемам позволяет людям в обыденной практике решать некоторые вопросы и создает иллюзию, что психология очень проста и достаточно освоить несколько методик, не изучая теории психологии и их специфику. Многие концепции и подходы упрощаются, искажается их смысл, теоретические знания слабо соотносятся с психологической практикой. Такая популяризация зачастую не слишком полезна, хотя и способствует обучению массовой аудитории практическому применению психологических знаний.

Каждому исследователю рано или поздно приходится делать выбор: или идти традиционным путем, следуя идеям и повторяя опыт предшественников, или попытаться найти новые направления, новый подход. Данная работа основана на опыте многолетнего преподавания автором общей

---

<sup>1</sup> Якунин В. А. История психологии. СПб., 1998. С. 24.

психологии, истории психологии и других психологических дисциплин. Учитывая новые реалии, основным отличием данной работы является освещение вопросов, связанных с развитием теорий, концепций и подходов психологии с момента оформления психологии как самостоятельной науки, с первых программ ее развития без анализа периода развития философии.

В пособии рассматриваются основные идеи и теории психологии, повлиявшие на общее развитие психологической науки и получившие применение в прикладной психологии и социальной практике, а также приведен перечень основных имен в истории психологии. Библиографический список включает научные и учебные материалы, необходимые для углубленного изучения как общей истории психологии, так и отдельных ее теорий, концепций, подходов.

## Глава 1. ИСТОРИЯ ПСИХОЛОГИИ КАК ИСТОРИЯ НАУЧНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ

История психологии как науки изучается наряду с историей прочих гуманитарных наук. Исторические знания входят в любую программу современных исследований, учитывая прошлые знания и результаты опытов. Изучение этих знаний возможно только на основе ретроспективного анализа результатов теоретической и практической деятельности человека. Историю психологии создавали разные люди: философы, врачи, физиологи, математики, лингвисты и др., и у каждого из них был субъективный взгляд на психику и психологию. Каждая теория, подход, направление отражали общее состояние культуры и науки своего времени.

Наукой психология становится в XIX в. Формально начало научной психологии связано с именем **Вильгельма Максимилиана Вундта** (Wilhelm Maximilian Wundt, 1832–1920), который в г. *Лейпциге (Германия)* в 1879 г. открыл первую экспериментальную психологическую лабораторию. На базе этой лаборатории в дальнейшем был создан Институт экспериментальной психологии. Объединив все прежние научные достижения, В. Вундт с 1867 г. в Гейдельбергском университете читал первый и единственный в мире курс лекций по физиологической психологии («физиологическая» и «экспериментальная» в тот период были синонимами). На основе этих лекций он публикует работу «Основы физиологической психологии» в двух частях в 1873 и 1874 гг., которая становится основополагающим трудом по психологии и ориентиром для поколений психологов.

Вундт поставил задачу *выделить новую область познания* и содействовать развитию ее как независимой науки. Он *сформулировал программу и задачи развития психологии как самостоятельной науки, определил предмет исследований и методы изучения*. В 1881 г. он учредил журнал «Философские учения», впоследствии переименованный в «Психологические учения», как официальный печатный орган для новой науки. С тех пор перед новой наукой открылись широкие перспективы. Лейпцигская лаборатория послужила образцом для создания новых экспериментальных центров и стала международным центром подготовки психологов.

## 1.1. Предмет истории психологии, ее функции и задачи

*Предмет «Истории психологии» – изучение процесса развития психологических научных знаний.* Предмет «Истории психологии» включает результаты деятельности исследователей, которые изучают механизмы и закономерности развития психики и разрабатывают специальные методы для ее изучения. Дисциплина «История психологии» изучает развитие психологических знаний, методов исследования психики и обоснования теорий и научных направлений. Деятельность по изучению психики также имеет свои особенности и является предметом анализа. Таким образом, предмет «Истории психологии» – изучение не самих психологических явлений, феноменов, а представлений о том, какими они были на разных этапах развития науки.

Смена одних взглядов другими связана с влиянием научных знаний на практическую деятельность человека с целью удовлетворения запросов общества в решении конкретных проблем. Любая новая теория или научное направление могут быть проанализированы только с точки зрения уже существующих теорий и подходов, которые не позволили решить актуальные вопросы общества (т. е. важно не только обозначить, когда возникли новые направления, теории и концепции, но и обосновать причины их появления). Современные знания – тоже результат истории. Все, что соответствует практике человека, будет сохраняться для следующих поколений и также станет предметом анализа.

История психологии показывает, как происходит процесс познания, формируются теории и направления, как происходит их развитие. Она стремится объяснить, как от незнания мысль переходит к знанию, как одни теории сменяются другими, как открываются новые грани психического и их взаимосвязи. Важно узнать, каким образом и в связи с чем менялись знания людей о себе, о психике, выявить их закономерности. В этом и состоит уникальность «Истории психологии», специфика ее предмета.

*Дисциплина «История психологии» выполняет разные функции.* Как отмечает В. А. Якунин, *одна из важнейших функций дисциплины – идеологическая.* На психологию всегда влияло общество посредством идеологии, права, морали, религии. Уровень ее развития неразрывно связан с уровнем развития смежных наук и общего развития общества. История психологии часто освещалась с определенных философских позиций и служила целям

обоснования идей, господствующих в том или ином обществе (идеализма, материализма и т. п.). Многие проблемы, касающиеся природы человека, его психики, решались драматически. Драма идей всегда связана с драмой людей.

*Пример.* И. М. Сеченов опубликовал работу «Рефлексы головного мозга» (1863), в которой объяснял вопросы происхождения сознания и воли. Его идеи широко обсуждались в газетах и журналах того времени. Царская цензура усмотрела криминал: нет соответствия официальной идеологии, автор ставит под сомнение веру в бессмертие души. На книгу был наложен арест, автора пытались привлечь к суду. И только после перевода на французский язык работа получила широкий резонанс и признание. В 1889 г. в знак уважения к его научным заслугам И. М. Сеченов был избран председателем первого Международного конгресса по психологии в Париже. По его книге учились многие ученые, в том числе И. П. Павлов, Л. С. Выготский и др.

*«История психологии» выполняет функцию выявления междисциплинарных связей:* раскрывает процесс взаимного влияния психологии и других наук в процессе развития. Отделившись от философии в XIX в., психология сохраняет с ней связи, а концептуальные вопросы современной психологии основаны на философии и биологии. Психология традиционно связана с физиологией, медициной, педагогикой и социологией. В настоящее время насчитывается несколько десятков прикладных отраслей психологии и постоянно появляются новые: психология менеджмента и одаренности, гендерная и политическая психология, этнопсихология и др.

*Важна и кумулятивная функция,* т. е. сохранение, сбережение, обогащение психологических знаний. История психологии не просто хранилище научных знаний, она не сводится к простой хронологии исторических событий, это их реконструкция и логическое выстраивание, память науки и ее опыт. Это предостережение от ошибок и, возможно, от повторных открытий. Благодаря предшествующим знаниям, опыту прежних поколений человечество имеет возможность дальнейшего развития.

*«История психологии» важна как школа теоретического мышления, в этом качестве проявляется ее развивающая функция.* Без знания теории любая история – это лишь набор фактов. Изучая развитие психологии, мы воссоздаем научные теории, осознаем прошедшее и тем самым развиваем собственное мышление. Обобщение научных знаний формирует научное

теоретическое мышление, позволяя продуцировать новые гипотезы и теории, ставить актуальные вопросы и разрабатывать методы их решения.

*Аксиологическая функция «Истории психологии»* связана с формированием системы оценочных суждений при изучении различных концепций, подходов, направлений и взглядов психологии (аксиология – исследование системы ценностей). При этом важна многосторонняя оценка научных знаний: достоинства и ограничения теории или подхода, границы их применимости, перспективы развития данных научных идей и т. д. Необходимо адекватно оценивать вклад различных научных теорий и подходов в развитие психологии, учитывая исторический контекст.

*«История психологии» как дисциплина выполняет рефлексивную функцию.* Изучение теорий, направлений и подходов необходимо для самой науки, ее самопознания и понимания уровня ее развития. Ретроспективный анализ научных знаний позволяет осмыслить взаимосвязь между различными теориями и концепциями психологии, школами и направлениями, а также выявить их преемственность и значимость для развития науки.

История психологии как «память» науки позволяет на основе прошлого через настоящее посмотреть в будущее. Ее *прогностическая функция* важна при определении места и роли психологической науки в планировании социального развития общества, для понимания общих тенденций развития ее теорий, направлений, методов. Необходимо прогнозирование «участия» психологии в производственной деятельности, сфере образования, управления, решении вопросов психического здоровья людей и т. д.

Очевидны также *образовательная и воспитательная функции «Истории психологии»*. Психология – особая наука, позволяющая нам выстраивать собственную картину мира, концепцию человека и его психических феноменов. Изучение истории науки влияет на формирование картины мира каждого исследователя, круг его профессиональных и общих интересов, развивает творческое мышление, рефлексию и самоконтроль, определяет систему оценок науки и общественной деятельности.

Функции «Истории психологии» определяют ее *задачи*. Одна из них – *выявление общих тенденций в развитии психологической науки*. Большое количество трудов по психологии, которые появляются в последние годы в России и за рубежом, международные мероприятия (конгрессы, симпозиумы, конференции) поднимают эту актуальную проблему мировой психологии. Как отмечает В. А. Якунин, «стремление раскрыть единую логику

формирования научных знаний в области психологии представляет собой довольно новое направление, которое предполагает и совершенно иные подходы и способ построения, изложения и интерпретации истории психологии по сравнению с традиционными формами историко-психологического анализа»<sup>1</sup>.

Все знания о психической организации человека, его природе и закономерностях развития психики формировались исследователями многих поколений и разных стран. Осознание этих знаний, выстраивание причинно-следственной связи психологических явлений и феноменов ставит задачу *разработки теоретических и методологических основ истории психологии*.

Актуальна *задача анализа современных тенденций в развитии психологии на основе их исторических предпосылок*. Возникновение большого количества отраслей прикладной психологии вызывает необходимость анализа этого явления, т. е. выявления закономерностей в развитии новых отраслей и направлений и возможных междисциплинарных связей.

Прогностическая функция дисциплины ставит *задачу построения прогнозов перспективного развития психологической науки, ее места и роли в общественной практике*. Важно выявить восприятие психологических знаний в социальном контексте и соответствие их запросам общественной практики.

*Научная разработка проблемы общей периодизации истории психологии является специальной задачей психологии*. Многие авторы выделяют два больших периода: первый, когда психологические знания формировались в связи с философией и другими науками (до середины XIX в.), и второй – период развития психологии как самостоятельной науки (с середины XIX в. и до наших дней). Описаны разные варианты периодизации истории психологии (А. Н. Ждан, Д. П. Шульц, С. Э. Шульц, В. А. Якунин, М. Г. Ярошевский). Развитие психологии продолжается, что предполагает формирование новых вариантов периодизации ее истории.

*Особой задачей «Истории психологии» является изучение психологического наследия ученых прошлого и современности*, так как имеют место искажения при изложении идей отечественных и зарубежных авторов, принижение или игнорирование роли некоторых ученых, их теорий и ме-

---

<sup>1</sup> Якунин В. А. Указ. соч. С. 14.

тодов. Многие исследования отечественных и зарубежных авторов до сих пор неизвестны психологам, поэтому актуальна проблема переводов трудов ученых и анализ их исследований.

## 1.2. Теории и принципы историко-психологического анализа

Наиболее устоявшийся способ описания истории науки – воссоздание истории посредством характеристики научной деятельности и вклада отдельных мыслителей прошлого. Используется этот способ и в психологии. Так, в *персоналистической теории* истории науки главными являются достижения отдельных личностей, которые способны в одиночку изменять развитие общества, науку и практику. «Персоналистическая теория – идея, согласно которой прогресс и изменения в научной истории связаны с деятельностью выдающихся личностей»<sup>1</sup>. Историю определяют великие люди: события, связанные с их именами, никогда бы не произошли без них. Человек «делает время». Действительно, наука и культура – работа интеллектуалов, которые определяют направления и тематику их развития, и мы часто называем исторический период по имени человека.

*Примеры.* В живописи и архитектуре – Микеланджело и Леонардо да Винчи (эпоха титанов Возрождения); в русской поэзии – А. С. Пушкин; в физике – А. Эйнштейн; в естественных науках – Ч. Дарвин, И. М. Сеченов и И. П. Павлов. В психологии такой фигурой является З. Фрейд.

Применение персоналистической теории актуально в историко-психологическом анализе, но одна эта теория не может объяснить происхождение научных теорий и общее развитие науки.

Противоположностью ей является *натуралистическая теория*. Согласно этой теории, все научные достижения и открытия – это неизбежные результаты, обусловленные самим ходом истории и сложившимися социальными и культурными условиями. Например, если бы Ч. Дарвин не открыл теорию эволюции, то это сделал бы кто-то другой, так как предпосылки для возникновения эволюционных идей уже сложились.

«Натуралистическая теория – идея, согласно которой прогресс и изменения в научной истории зависят от “духа времени”, *Zeitgeist*, который и делает людей восприимчивыми к одним идеям и невосприимчивыми к дру-

---

<sup>1</sup> Шульц Д. П., Шульц С. Э. История современной психологии: пер. с англ. СПб., 1998. С. 29.



гим»<sup>1</sup>. Подтверждением натуралистической теории являются также факты одновременных открытий, совершаемых в разных странах в одной научной области, и формулировки разными авторами сходных идей в один исторический период. Но она оставляет в стороне вопрос о преемственности научных теорий, направлений и школ, недооценивает значение прошлых знаний в возникновении новых.

В истории много примеров того, как новые идеи, теории, методы исследования не принимались, подвергались критике, отрицались и даже запрещались. Заслуги авторов не замечались или признавались слишком поздно. Таким образом, *одобрение или отрицание идеи, теории зависит от социальных условий и культурных традиций*. Идеи, слишком далекие от господствующей в данную эпоху общей атмосферы, практически обречены на забвение. Консервативный, традиционный в науке и культуре образ мышления тормозит внедрение нового. «К сожалению, движение к прогрессу иногда бывает слишком медленным»<sup>2</sup>.

Натуралистическая теория, в противоположность персоналистической, утверждает, что «время делает человека», предоставляя ему возможность для самореализации, т. е. если «дух времени» не готов к восприятию новых идей, то вероятность их дальнейшего развития и внедрения невелика. В истории немало случаев, когда теории и открытия надолго были забыты, потому что они не привлекли внимания: научный мир был занят другими исследованиями.

*Пример.* В истории психологии были периоды увлечения психоанализом в европейской науке, полное отрицание этого учения в советской психологии и весьма прохладное отношение к психоанализу в американской психологии в период расцвета бихевиоризма.

Ученые, увлекаясь своими идеями, начинают конкурировать с коллегами, и те из них, кто обладает большими возможностями публикации научных результатов, личными способностями презентации и популяризации своих идей, часто добиваются большего успеха. Ситуация сохраняется до настоящего времени несмотря на Интернет и другие средства коммуникации, позволяющие представить новые взгляды и научному сообществу, и широкой публике. Следует учитывать, что по-прежнему ограничено количество признанных профессиональным научным сообществом печатных

---

<sup>1</sup> Шульц Д. П., Шульц С. Э. Указ. соч. С. 30.

<sup>2</sup> Там же.

изданий, которые принимают к публикации результаты новых исследований. При этом все они должны пройти рецензирование и получить рекомендацию от авторитетных в данной сфере ученых-экспертов. Но довольно часто эти эксперты являются приверженцами других идей, что затрудняет объективность их анализа и рекомендаций.

*Доминирующие в той или иной научной сфере идеи определяют методы организации исследований, обработки результатов и их интерпретацию.* И если новые результаты не соответствуют общепризнанным или противоречат им, то информация часто искажается, принижается значимость и перспективность этих результатов.

Основное противоречие между подходами, теориями и направлениями психологии связано с определением предмета изучения психологической науки, который с течением времени менялся, что вполне закономерно для развивающейся науки: психологи изучали *сознание, бессознательное, поведение, целостные образы-геистальты, когнитивные процессы, мотивацию и деятельность личности.* Но такая ситуация создает определенные трудности при изучении теорий, подходов и направлений психологии и понимании структуры всей психологической науки.

Несомненно, любая наука существует в контексте социальных условий, которые на нее влияют, но и научные достижения изменяют общество. «Дух времени» – интеллектуальная среда меняется и способствует развитию или торможению тех или иных научных идей. Но не следует недооценивать важность достижений великих ученых, которые, опираясь на достижения предшественников и благоприятные условия для исследований, развивали науку. Поэтому для изучения истории психологии следует использовать обе теории. Необходимо отметить, что в отечественной науке эти теории или не рассматриваются, или критикуются.

В историческом анализе отечественной истории психологии используется *принцип историзма* – принцип подхода к действительности как изменяющейся во времени, развивающейся последовательно. Объект исследования рассматривается как система, обладающая определенной внутренней структурой, изучается процесс его развития, выявляются качественные изменения объекта, законы перехода от одного состояния к другому. То есть любые периоды истории следует рассматривать в системе соответствующих социокультурных условий, сопоставлять с предшествующими знаниями.

А. Н. Ждан отмечает: «В соответствии с принципом историзма производится и оценка прошлого. В ней выявляется то новое, что содержит в себе рассматриваемое знание по сравнению с предшествующим этапом. Одновременно должна быть раскрыта неизбежная ограниченность любого этапа в развитии знания в сравнении с более поздними его этапами»<sup>1</sup>.

В решении проблемы соотношения прошлого и настоящего в развитии науки отечественные авторы отмечают два противоположных принципа: презентизм и антикваризм (А. Н. Ждан, В. А. Якунин, М. Г. Ярошевский).

*Презентизм* – оценка прошлых психологических систем только с точки зрения современного состояния науки. Положительные и научные – только те теории прошлого, которые согласуются с современными взглядами в области психологии. Такой подход правомерен для решения определенных исследовательских задач, предполагающих опору на достижения прошлого. Но этот выборочный подход не годится при исследовании всей науки в целом.

*Антикваризм* рассматривает теории прошлого периода в отрыве от предыдущих и последующих этапов развития научных знаний. Происходит разрыв связей, описание научных знаний осуществляется в системе понятий анализируемого периода. Знания замкнуты сами на себе, невозможен поиск и установление общей линии развития психологической мысли. Тем не менее, этот подход важен для анализа отдельных теорий, направлений и методов науки.

В изучаемом явлении следует выделять общие закономерности, при этом опираясь на *принцип единства логического и исторического*, «согласно которому историк должен не просто описать тот или иной этап исторически развивающегося знания, но представить его теоретически и, значит, выявить в нем нечто постоянное»<sup>2</sup>. То есть необходимо обобщение истории науки с целью выявления значимости каждого этапа на пути научного познания.

М. Г. Ярошевский в качестве основы научного мышления выделяет *принцип детерминизма*, «т. е. зависимости любого явления от производящих его фактов. Детерминизм не идентичен причинности, но включает ее

---

<sup>1</sup> Ждан А. Н. История психологии. От античности к современности: учеб. для студентов психол. фак. ун-тов. М., 1997. С. 13.

<sup>2</sup> Там же.

в качестве основной идеи»<sup>1</sup>. М. Г. Ярошевский предложил *категориальный подход*, т. е. исследование категорий психологической науки. Категории – мотив, образ, деятельность, общение, личность, переживание и др. – являются основой психологической жизни. В разное время они имели неодинаковое значение, но всегда присутствовали в психологических концепциях.

Используются и другие принципы и подходы.

*Принцип контрастирующих пар* – изучение истории психологии через противопоставление полярных взглядов в объяснении психических явлений.

*Географический подход* – установление взаимосвязи психологических знаний, развиваемых в разных странах.

*Отраслевой подход* – процесс возникновения и развития различных специальных и прикладных областей психологии.

Актуален и *подход по школам и направлениям* – изучение психоанализа, бихевиоризма, гештальтпсихологии, когнитивной и гуманистической психологии (А. Н. Ждан, Д. П. Шульц, С. Э. Шульц, В. А. Якунин, М. Г. Ярошевский).

Наиболее предпочтителен подход многомерного описания психологии, который предполагает разнообразие ее ретроспекции. Это сложный путь, но он наиболее целесообразен и перспективен, если исходить из задачи построения общей картины и выявления ведущих тенденций развития истории психологии как в отдельной стране, так и в мировом масштабе. Теории и принципы историко-психологического анализа и конкретные методы составляют основу научного анализа истории психологии.

### **1.3. Методы истории психологии**

*Основной метод* истории психологии – *теоретическая реконструкция, описание и критический анализ научных систем прошлого*.

Главная проблема любого исторического исследования – поиск разнообразных и достоверных источников информации, систематизация и внутренняя организация исследуемого материала. Его результат – ретроспективное воспроизведение научных идей, концепций, исследуемых методов в соответствии с логикой предмета. Необходимо учитывать социальный и культурный контекст исторических периодов и соответствующий им по-

---

<sup>1</sup> Петровский А. В., Ярошевский М. Г. Указ. соч. Т. 1. С. 26.

нятийный аппарат. Важным является и личное отношение исследователя к событиям прошлого, научным теориям, подходам.

В истории психологии используется *метод интервью*.

*Пример.* Беседы американского психолога Р. Ивенса с К. Юнгом, Э. Фроммом и др. (А. Н. Ждан).

*Биографический и автобиографический методы* позволяют получить обширные сведения о духовном развитии ученого, о темах его научной деятельности, воссоздают атмосферу времени. Этот метод играет огромную роль в пропаганде науки, дает много информации (Р. Дадун, Э. Джонс, Т. Д. Марцинковская и М. Г. Ярошевский, С. С. Степанов, Р. Функ, К. Г. Юнг и др.).

*Анализ научных ссылок* – установление частоты цитирования научных трудов с целью получения сведений о связи между разными научными направлениями, теориями, тенденциями. Существуют определенные ограничения в его использовании, так как частота цитирования зависит от языковых барьеров и доминирующей идеологии.

Недостатками всех вышеперечисленных методов являются излишняя описательность, использование недостаточно проверенных данных, специфичность их сопоставления.

## **1.4. Исторические сведения и их специфика**

*Исторические данные* – материал, который используют историки для воссоздания картины жизни человечества, истории научных событий – нельзя восстановить или скопировать. Каждое историческое событие произошло в определенное время в прошлом – очевидцы могли его не заметить либо описать лишь общую канву, не учитывая деталей развития истории. «История не терпит компромиссов, с тем, что случилось однажды, уже ничего не поделаешь – вы не можете когда хотите перенести события прошлого в настоящее, чтоб изучить их развитие, причины и последствия, подобно тому, как вы исследуете в лаборатории правомерность научных утверждений»<sup>1</sup>.

Как работать над историческим эпизодом? Как можно описать то, что случилось на самом деле? Существует ли достоверная информация? Многие факты доступны лишь в виде фрагментов прошлого: дневни-

---

<sup>1</sup> Шульц Д. П., Шульц С. Э. Указ. соч. С. 21.

ки, письма, фотографии, газетные и журнальные публикации, монографии и т. п. Историки используют разные источники для более точной реконструкции научных событий.

Часто исторические данные неполные: утеряны, намеренно искажены учеными в соответствии с собственными интересами, идеологией страны, неточно переведены с одного языка на другой и т. п. Поэтому «историческая правда» восстанавливается по неполным данным. Сейчас находятся многие утерянные документы, поэтому необходимо вносить изменения в представления о теориях и их авторах. Но некоторые факты закрыты для публикации, чтобы защитить репутацию людей, с ними связанных.

*Пример.* З. Фрейд умер в 1939 г. Собрание личных документов хранится в библиотеке конгресса США, по завещанию самого Фрейда некоторые из них будут открыты в следующем столетии. Цель запрета – воспрепятствовать вторжению в личную жизнь Фрейда, его потомков и семей его бывших клиентов. Историки не знают, как открытие архивов повлияет на восприятие работ Фрейда и его учения (Э. Джонс, Д. П. Шульц, С. Э. Шульц).

Еще одна важная проблема истории науки – ошибки при переводе с разных языков. К сожалению, не все специалисты могут читать научные труды в оригинале, поэтому важна роль переводчика, который берет на себя ответственность за точность изложения, подбор научных понятий и терминов. Эти искажения непредумышленные, они связаны с недостаточной подготовкой переводчиков в области психологии и смежных с ней наук, что и приводит к искажениям. Изучая переводы, необходимо учитывать неточность или ошибочность этих источников.

Д. П. Шульц и С. Э. Шульц приводят в качестве иллюстрации следующий *пример*. «Рассмотрим термин Фрейда “свободная ассоциация”. Здесь под словом “ассоциация” подразумевается проведение мысленной связи между одной идеей и другой – т. е. подразумевается, что каждая из них действует как стимул для извлечения следующего звена цепи. Но Фрейд говорил о другом. Он использовал термин, который по-немецки звучит Einfall, что вовсе не означает ассоциация. Буквально, это “вторжение” или “нашествие”. Фрейд хотел подчеркнуть ту неуправляемость, с которой подсознание внедряется – можно сказать даже вторгается – в сознательную мысль человека»<sup>1</sup>. Как отмечают авторы, «Британское психоаналитическое

---

<sup>1</sup> Шульц Д. П., Шульц С. Э. Указ. соч. С. 24.

общество рекомендовало пересмотреть традиционные переводы работ Фрейда, поскольку они лишь укореняли искаженное представление о его идеях»<sup>1</sup>.

Проблема переводов актуальна и для нашей страны. До сих пор не переведены многие труды зарубежных авторов, существуют различия в хронологии событий, времени публикаций работ и даже написании фамилий ученых. Это затрудняет понимание идей, теорий и практических методов психологии. Названия работ, понятия и термины научных теорий и подходов различаются, что вызывает путаницу и ошибки, поэтому необходимо особое внимание обращать на эти факты, проверяя и уточняя информацию по нескольким источникам.

Особо следует отметить, что исторические сведения могут быть намеренно искажены в связи с собственными интересами людей, описывающих события или биографические факты: желанием преувеличения значимости теории или учения автора (или направления психологии). Некоторые хотели показать собственную причастность к истории, стремились представить события в более выигрышном виде или наоборот, принизить роль и значение других авторов и теорий.

*Пример.* Личная история Фрейда описана неоднозначно: указывалось на неприятие его идей, гонения со стороны научного сообщества, сложности в научной практике. Но, как выяснилось, эти факты искажил сам Фрейд, а потом и его первый биограф Э. Джонс (Д. П. Шульц, С. Э. Шульц).

Таким образом, наше понимание истории психологии имеет динамичный характер. И новые данные обогащают ее, делают более полной, освобождают от ошибок и заблуждений.

## **1.5. Контекстные факторы психологии**

На развитие любой науки влияют многие составляющие, поэтому необходимо рассмотрение *контекста: помимо научных идей это социальные, экономические и политические факторы.* Все эти факторы всегда оказывали влияние на развитие всей науки. Уровень развития социума определяет направления и тенденции научных исследований и влияет на них.

*Состояние экономики* оказывает непосредственное воздействие на развитие психологии, формируя заказ на решение практических задач, подготовку специалистов-психологов, разработку методик и т. д. Как пока-

---

<sup>1</sup> Шульц Д. П., Шульц С. Э. Указ. соч. С. 24.

зывает пример США, возможность применения психологии на практике явилась толчком к развитию разных отраслей американской психологии: педагогической, клинической, организационной, психотерапии и др. В то же время в современной России запросы общества к психологии только формируются и статус отечественной психологии не слишком высок. Потребность в специалистах невелика, систематического преподавания психологии в школах и колледжах не ведется, не во всех университетах России психология является учебной дисциплиной.

Д. П. Шульц и С. Э. Шульц также отмечают влияние на развитие психологии *фактора войны*. Необходимость оказания помощи военным (Первая и Вторая мировые войны, локальные войны), подготовка специалистов и отбор кадров в разных отраслях промышленности стимулировали развитие прикладных отраслей психологии. Фактор войны оказал влияние на развитие психологии в Германии и Австрии. Закрылись многие психологические лаборатории и целые направления, в частности гештальтпсихология, так как ведущие психологи вынужденно эмигрировали в Америку. Центр психологии переместился из Европы в США. В психологии начинают разрабатываться новые темы: агрессия, психопатология, свобода и зависимость от общества, личностные смыслы (В. Франкл, Э. Фромм и др.). В советской психологии во время Великой Отечественной войны А. Р. Лурией и его сотрудниками разрабатывается новое направление – нейропсихология.

*Политика государства* также влияет на развитие психологии. Как уже отмечалось, стремление построить советскую психологию привело к отрицанию и запрету некоторых направлений психологии, искажению и критическому отношению к теориям и учениям зарубежных ученых, преувеличению значимости отечественных достижений. Сейчас мы пытаемся переосмыслить эти взгляды: появились переводы работ исследователей разных психологических направлений, в психологической практике используются зарубежные методики психодиагностики и психотерапии, издаются учебники по психологии.

В США десятилетиями афроамериканцам было запрещено обучаться психологии и заниматься ей. Дискриминации подвергались евреи и в Европе, и в Америке. Довольно долго отказывали в обучении в вузах и приеме на работу женщинам.



Таким образом, история психологии – это не только история научных психологических идей, но и личные истории ученых, которые отразились в тематике их исследований, история открытий и запретов, достижений и заблуждений. История психологии как наука изучает процесс развития психологических научных знаний, преобразование одних понятий и теорий в другие – это *исторический аспект* дисциплины. Раскрытие взаимосвязи психологии с другими науками, выявление зависимости процессов возникновения и восприятия знаний от социокультурных условий и идеологического влияния – это ее *социальный аспект*. Исследования и анализ творчества ученых разных психологических направлений и школ – *личный аспект* истории психологии.

Знания являются продуктом интеллектуальной деятельности, поэтому *история психологии рассматривается как история научно-психологических знаний*.

## Глава 2. РАЗВИТИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ НАУКИ

Возникновение психологии как научной отрасли связано с реальными потребностями людей – в этом отношении ее история аналогична истории других наук. Но у нее есть и особенности, которые делают ее своеобразной и неповторимой. Г. Эббингауз говорил, что у психологии огромная предыстория и короткая история (А. Н. Ждан, М. М. Малашкина).

*История психологии* – период, когда психология выделилась в самостоятельную науку, отделилась от философии, сблизилась с естественными науками и организовала свой собственный лабораторный эксперимент, – это исторический период с конца XIX в. до наших дней, хотя житейские знания о психике начали формироваться очень давно.

Возникновение понятий о психологических явлениях стало возможным лишь на определенной ступени общего развития человечества, на основе достигнутого уровня знаний об окружающем мире. Наиболее ранняя стадия формирования понятия о психическом – выделение своего Я, противопоставление себя окружающему. Первоначально психика человека была направлена на объекты внешнего мира, и только когда общественные отношения достигли относительно высокой степени сложности, собственная деятельность стала объектом познания для людей. Человек развивался, познавая свой субъективный мир по мере того, как овладевал внешним миром.

Развитие языка и в дальнейшем письменности способствовало развитию новых понятий. В образах мифологии проявляются представления о психическом. Понятие *души* вызывает наибольший интерес, так как оно возникает у всех народов как *некое обобщение, как образ всего, что мог охватить человек*. Представления о душе очень разнообразны, они сильно менялись и наполнялись новым содержанием на протяжении всей истории человечества, поэтому «душа» надолго остается объяснением человеческой психики. В обыденном сознании наука психология до сих пор ассоциируется с изучением «души», хотя она никогда не была предметом изучения психологии.

Древнейшие философские трактаты и литературные сочинения содержат первые представления людей о себе, о мире, о душе, ее роли в жизни всех и каждого. Изучая все культурное наследие человечества, историки

реконструируют события прошлого, пытаясь понять, как развивалась наука вообще и психологические знания в частности.

Научные отрасли начинают формироваться в XVII в. Развитие естественных наук, их достижения способствовали исследованиям психики, которые находились в предметных областях философии, медицины и физиологии, используя их понятия и методики исследований. Самостоятельное развитие психология получила лишь во второй половине XIX в., когда был накоплен довольно большой эмпирический материал, сформулированы теории взаимосвязи психических и физиологических явлений.

## **2.1. Предпосылки появления психологии как самостоятельной науки**

К XIX в. в научных исследованиях широко распространяется такое направление, как *эмпиризм* – познание человека с помощью экспериментальных и количественных методов, которые широко используются в механике, физике. Механистические модели распространяются и на понимание мира и человека – мир рассматривается как некий сложный механизм и человек – тоже как сложный механизм. Задача науки – раскрытие законов действия этих механизмов с помощью механики, физики, математики и т. д.

Развиваются идеи *детерминизма*, т. е. всеобщей закономерной связи, причинной обусловленности всех явлений. Так, Р. Декарт пытался решить проблему соотношения физического и психического – «души» и «тела». *Его теория о дуализме, т. е. разной природе физического и психического, их взаимовлиянии и взаимосвязи*, приводит к распространению эмпирических методов в изучении психических процессов. Идеи Декарта в дальнейшем приводят к открытию рефлекса и рефлекторной природы психического. *Формируется общественный запрос на объяснение психофизической проблемы* (Р. Декарт, А. Н. Ждан, Д. П. Шульц, С. Э. Шульц, В. А. Якунин, М. Г. Ярошевский и др.).

Анатомические исследования нервной системы создают предпосылки для развития и укрепления рефлекторной концепции, их результаты ложатся в основу *учения о рефлексе как принципе психической деятельности. Физиология становится важнейшей естественнонаучной основой психологии*, от ее развития зависит развитие психологии. Развитие физиологии, в свою очередь, определялось успехами физики, химии, механики,

биологии, подъем и расцвет которых были обусловлены растущими потребностями производства в научных знаниях.

Б. Ф. Ломов отмечал, что психология как самостоятельная область науки начала формироваться позднее других фундаментальных наук. Этот факт вполне закономерен, так как ее формирование не могло начаться прежде, чем другие науки достигли определенного уровня и была создана необходимая научная база, которая позволила бы выделить собственно психологические проблемы и наметить пути их решения.

*Основными предпосылками формирования психологии являются:*

1. Развитие естественнонаучного направления в философии и психологических идеях.

2. Достижения физиологии: нервно-мышечные исследования, изучение раздражимости, чувствительности.

3. Смена рационализма на эмпиризм: распространение более подробных описаний, использование объяснительных понятий, построение классификационных схем и т. п.

4. Развитие идеи детерминизма.

5. Разработка идеи социальной обусловленности сознания и поведения людей.

Темпы промышленного и научного развития до XIX в. значительно различались. Новые научные достижения и реализация их на практике позволили резко ускорить развитие всех отраслей науки. Стремительный темп перемен – это конкретная реальность, они влекут за собой личностные, психологические и социальные последствия. И уже в середине XX в. у человечества возникает *растерянность, которая вызвана неизвестным будущим*. А. Тоффлер называет это явление «*футурошок*» – *страх будущего*, описывая «стресс и дезориентацию, которые возникают у людей, подверженных слишком большому количеству перемен за слишком короткий срок»<sup>1</sup>. Происходит наложение новой культуры на старую, и многие не способны рационально воспринимать окружающую обстановку. Ценности непрерывно меняются, чувство потерянности усиливается. «Мы не просто расширили сферу деятельности и масштабы перемен, но радикально изменили их темпы. В свое время мы выпустили на свободу абсолютно новую социальную силу – неуклонно растущий поток перемен»<sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> Тоффлер А. Футурошок. СПб., 1997. С. 5.

<sup>2</sup> Там же. С. 16.

Мы все оказались в новом мире. Как в нем жить? Что нас ждет? Эти вопросы заставляют многих обратиться к истории, астрологии, психологии. Исследователи говорят, что за последнее столетие произошло почти столько же значимых событий, что и за всю предыдущую историю. Это означает резкий разрыв с прошлым опытом человека, поэтому меняется наше отношение к прошлому.

Перемены в прошлом касались одной-двух стран, а нынешние перемены достигли огромной силы и влияния на весь мир. Мы воспринимаем мир иначе, чем люди прошлого: меняются наше сознание, подсознание, отношение к миру, другим людям, культуре, научным достижениям. Мы учимся думать и адаптироваться по-другому. Как отмечает Тоффлер, «если ускорение есть новая социальная сила, то быстротечность – ее психологическая копия. Ее роль в поведении человека – это необходимый компонент современной психологии и теорий личности. Без теории быстротечности психологи не смогут точно передать суть различных феноменов нашей жизни»<sup>1</sup>.

## 2.2. Факты и понятия в истории психологии

Важно понять сущность психологии с исторической точки зрения. В психологии выделяют «внешнюю» и «внутреннюю» стороны. Внешняя сторона – факты истории науки, внутренняя – изменение содержания психологических понятий и динамика факторов, обуславливающих эти изменения. Необходимо разделять эти две стороны, так как содержание той или иной психологической концепции или сущность психологического метода нередко оказываются искаженными или традиционно относимыми к другой области исследования (А. Н. Ждан, Д. П. Шульц, С. Э. Шульц, М. Г. Ярошевский и др.).

Изучая историю психологии, мы чаще выбираем факты, которые представляются главными с точки зрения современного состояния науки, раскрытия характера взаимосвязи исторического и логического в развитии научных психологических знаний. Исторические факты, как указывалось ранее, ограничены и в плане содержания, и в плане достоверности. Мы имеем письменные свидетельства в формате тех вопросов, которые философы того времени считали нужными описывать. Следует учитывать и *многогранность понятия «психология» – три различных, но тесно связанных аспекта.*

---

<sup>1</sup> Тоффлер А. Указ. соч. С. 17.

1. Понятие «психология» порождается деятельностью людей. Знания и деятельность слиты воедино, они обусловлены необходимостью понимать друг друга в процессе совместного труда, правильно реализовывать действия и поступки – это *жизненная*, так называемая *донаучная психология*. Информация о донаучной психологии содержится в основном в произведениях литературного творчества и изобразительного искусства. Их ценность зависит от правдивости отображенных в этих свидетельствах особенностей психики людей. Поэтому в историческом анализе необходимо обращаться к мифологии, литературным произведениям и религиозным учениям и т. п.

2. Когда общество достигает определенной стадии развития производственных отношений, уровня культуры, государственности, возникает *философская психология – основа картины мира и научных знаний*. В течение долгих веков она создавала общие представления о мире, его событиях, о людях, их поведении и предназначении. Философские понятия того времени используются в психологии до сих пор, но с новым содержанием. Основные методы философской психологии – наблюдение и интроспекция.

3. *Научная психология* формируется с развитием эмпирического направления в естественных науках и внедрением эксперимента в психологические исследования во второй половине XIX в. Наблюдение как один из основных методов психологии остается, но меняет свою структуру и становится частью эксперимента.

*Эти значения понятия «психология» существуют одновременно и оказывают влияние друг на друга.*

Понятия психологии возникают из области повседневного опыта и связаны со значениями, которые они имеют в конкретном языке. Развиваясь и изменяясь, они переходят в систему значений психологической науки. Таким образом, *понятие – это и знание, и средство передачи опыта*. Важно проследить содержание понятий в динамике. Наряду с дифференциацией психологических понятий идет процесс их интеграции, т. е. формирование системы психологических понятий, отличных от понятий философии и смежных наук.

Можно выделить следующие *изменения психологических понятий*:

- развитие самих психологических понятий и терминов;
- внутренние взаимоотношения и взаимосвязи психологических понятий, связанные с функционированием психики;
- динамика понятий внутри теоретических систем современной психологии.

Психологические понятия часто образны: «сцена», «поток», «слой», «уровень» и др. В процессе развития науки происходит поляризация некоторых понятий и «разведение» по смыслу: «сознание – бессознательное», «структура – функция», «процесс – содержание», «врожденное – приобретенное» и т. д.

Система понятий психологии довольно пестрая: житейские и религиозно-мифологические, из философии, физиологии, медицины и других смежных наук... Часть понятий вообще не определена или используется так же, как в обычном языке, от этого возникает путаница, искажение смыслов и пр. Историки указывают на многочисленность толкований некоторых понятий: «бессознательное», «интеллект», «инстинкт» и т. п. (А. Н. Ждан, Д. П. Шульц, С. Э. Шульц; М. Г. Ярошевский и др.).

Серьезным затруднением является соотнесение научных понятий отечественных и зарубежных авторов: из-за невозможности точного перевода появляются новые термины при описании одних и тех же психологических явлений и феноменов. Возникает иллюзия открытия нового психического явления. Современным психологам приходится долго разбираться в терминологии, чтобы выявить аналоги, синонимы или новые понятия, отражающие новые аспекты психических явлений.

*Пример.* В отечественной психологии изучают Я-концепцию, Я-образ (А. Г. Асмолов, С. Л. Рубинштейн и др.). В зарубежной психологии предметом исследований являются Я-концепция, или «самость» (self-concept) – в феноменологическом подходе К. Роджерса (C. Rogers), «образ себя» (self-image) – в составляющих личности Г. Оллпорта (G. Allport); Р. Бернс (R. Berns) выделяет «образ-Я», или «картину-Я» и т. д.<sup>1</sup>

Поэтому задачей истории психологии является систематизация понятийного аппарата, уточнение некоторых терминов и соотнесение их с состоянием современной науки.

### **2.3. Программы развития психологии**

Психология долго развивалась как философское направление. По способу мышления ученых и по характеру интерпретации экспериментальных данных она оставалась в философских категориях. И лишь в конце XIX в. появились программы построения психологии как самостоятельной опытной науки.

---

<sup>1</sup> *Аболина Н. С.* Формирование аутокомпетентности студентов интенсивной групповой подготовки: дис. ... канд. пед. наук. Екатеринбург, 2005.

На развитие психологии оказали влияние науки, которые изучали человека и его деятельность: биология, социология, физика, математика, физиология и др. Из них были заимствованы методы исследования и обработки результатов; эти науки обусловили содержание психологических понятий, а также предопределили общий характер целого ряда систем и концепций современной психологии.

Наибольший успех имела программа В. Вундта. *Психология, по его мнению, является наукой о сознании, об опыте сознания и включает наблюдение за собственным сознанием.*

Этот метод, уже известный в науке как метод интроспекции, – проверка состояния собственного мышления – Вундт называет *методом внутренней перцепции*. Основу сознания, согласно его системе, составляют элементы сознания, которые способны к высокоуровневому сложному синтезу с помощью разума. Следует отметить, что для описания его идей используются разные термины: учение, система, теория, школа Вундта.

Свою систему Вундт называл *волютаризмом*. Согласно ей, сила воли обладает способностью организовывать процесс мышления и переводить его на качественно более высокий уровень. *Предмет психологии – непосредственный опыт субъекта, постигаемый путем интроспекции*. Экспериментальные методы должны обеспечить точность при исследовании структуры сознания и его элементов.

Тематика исследований в лаборатории Вундта определялась тремя главными направлениями, на пересечении которых возникла экспериментальная психология: 1) изучение ощущений и восприятий (в основе исследования – физиология органов чувств); 2) психофизика; 3) изучение времени реакции на раздражители. Вундт ставил задачу определения времени для различных психических процессов, таких как познание, умение различать и др.

Ни одно из положений теории Вундта не выдержало испытания временем, но его школа сыграла важную историческую роль в формировании первого поколения психологов. Главный вклад его школы – распространение экспериментов в психологических исследованиях.

Австрийский философ **Франц Brentano** (Franz Brentano, 1838–1917) предложил свою программу развития психологии в книге «Психология с эмпирической точки зрения» (1874). Он не принял идею Вундта о том, что психология должна изучать содержание сознания. *Предмет психологии*



не содержание сознания, а его акты, психические действия, благодаря которым появляется содержание сознания (акт видения, слышания, суждения и т. п.). Психика всегда *интенциональна*, т. е. направлена на что-либо, существует отношение к чему-либо. Важно изучение актов сознания – наблюдение процессов сознания в их естественном течении, а также функций субъекта, выраженных в его направленности на объект. По мнению Brentano, *психология – это учение об интенциональных актах сознания*.

По идее Brentano, объект не реален, а феноменален – т. е. бытие мыслится зависящим от актуализации его сознанием субъекта. *Феномен* – явление, данное в опыте, постигаемое при помощи чувств. Цель феноменологии – раскрыть фундаментальные феномены и идеальные законы познания. Brentano доказывал, что психологические акты можно исследовать посредством памяти и посредством воображения (представляя себе некоторые психологические состояния и ведя наблюдения за психологическими процессами). У Brentano было много последователей: в философии возникает *феноменология*, а в психологии – движение *геиштальта*.

Наиболее благоприятная ситуация для восприятия новых идей сложилась тогда в Германии, поэтому в психологии система Вундта, его взгляды были шире известны и пользовались большей популярностью, он больше печатался по сравнению с Brentano и в итоге стал лидером новой науки (Т. Лихи, Д. П. Шульц, С. Э. Шульц).

С программой построения психологии в России выступил **Иван Михайлович Сеченов** (1829–1905). Основа всей системы научных взглядов Сеченова – *рефлекторное учение*. Он не был первооткрывателем рефлекторной теории, но был первым, кто в рефлексе увидел механизм психологической деятельности. Рефлекс – это самый сложный целостный акт, связывающий организм со средой. Психическая деятельность осуществляется по типу рефлекса, поэтому должна рассматриваться в единстве с внешней средой и телесным механизмом. Психическое связано с физиологическим. Внешний мир существует объективно, отражается в наших ощущениях, восприятиях и мыслях. Психические эффекты и состояния определяются физиологическим состоянием нервной системы. Особое место в регуляции поведения занимает воля, которая также связана с рефлексом.

Как отмечает А. Н. Ждан, «Сеченов предпринимает попытку “вырвать” психологию из замкнутого мира внутреннего сознания и объяснить, как происходят психические процессы, проследить становление сознания

в онтогенезе. Таким образом, рефлекторный принцип не означает сведения психического к физиологическому. Речь идет о сходстве между ними по структуре и по происхождению»<sup>1</sup>.

По мнению Сеченова, *психология – наука о происхождении психологических деятельностей*: ощущений, восприятий, мышления, воли, т. е. о том, как они совершаются (происходят). Свои взгляды о развитии психологии И. М. Сеченов изложил в своих работах «Рефлексы головного мозга» (1863) и «Кому и как разрабатывать психологию» (1872). Психология должна опираться на естественные науки и строиться на принципе детерминизма и объективных методах. Этим требованиям отвечало учение о рефлексе. Это была, как указывал И. П. Павлов, первая попытка представить наш субъективный мир через физиологию (А. Н. Ждан, М. Г. Ярошевский и др.). Сеченов назвал отождествление психики и сознания заблуждением, таким образом система Вундта и концепция актов Brentano попали в разряд заблуждений.

Ведущую роль в философии и психологии в XIX в. играл идеалистический подход. С. Л. Рубинштейн отмечал, что в 1844–1845 гг., когда складывались взгляды Маркса, им закладывались основы общей научной методологии, целостного мировоззрения и намечались пути построения психологии, которая была бы *действительно содержательной и реальной наукой*. Но вводя экспериментальный метод в психологию, оформляя ее как самостоятельную дисциплину, психологи прошли мимо идей нового философского мировоззрения. Идеи классиков марксизма получили развитие лишь в советской психологии после Октябрьской революции.

Три программы построения психологии появились примерно в одно время независимо друг от друга. Несмотря на их различие Вундт, Brentano и Сеченов преследовали одну цель – сделать психологию самостоятельной наукой.

Итак, формируются новые научно-психологические категории, уже не философские и не физиологические. Психология от формулы «сознания – феномены» в теориях Вундта и Brentano начинает переходить к формуле «организм – среда» в теории Сеченова. Психические процессы изучаются как производные от взаимодействия организма и среды. Вундт и Brentano следовали традициям идеалистической философии, Сеченов – материалистической.

---

<sup>1</sup> Ждан А. Н. Указ. соч. С. 189.

Центрами психологического исследования становятся специальные психологические лаборатории, возникшие по опыту лейпцигской в различных странах. Основные темы исследований – психофизиология органов чувств и психофизика. Большинство экспериментальных работ посвящено изучению сенсорных функций. Эти направления экспериментальной психологии выявляли новые психофизиологические феномены и взаимосвязь между ними, связь их с деятельностью человека. Как бы ни оценивали мы сейчас эти программы, не интерпретировали их теоретические и экспериментальные обоснования, историческим фактом является утверждение психологии как самостоятельной науки. История показала жизнеспособность этих программ.

## 2.4. Вильгельм Вундт как основатель психологии

В. Вундт является основоположником психологии как формальной академической дисциплины. Он организовал первую экспериментальную психологическую лабораторию, учредил первый журнал, положил начало эксперименту в психологии. Сферы его научных интересов включают ощущения, восприятие, чувства, время реакции и ассоциаций и становятся основными главами во всех учебниках по психологии.

При этом основателем экспериментальной психологии многие историки считают **Густава Теодора Фехнера** (Gustav Theodor Fechner, 1801–1887), так как его работа «Элементы психофизики» была опубликована в 1860 г., на 15 лет раньше, чем Вундт начал заниматься психологией. И сам Вундт отмечал, что работа Фехнера представляет собой первую победу экспериментальной психологии.

Вундт изучал анатомию, физиологию, медицину, физику. Основная его научная работа связана с городом Гейдельбергом, в котором он осваивал физиологию, читал лекции. Затем у него появляются представления о психологии как самостоятельной науке. Свои идеи он представляет в работе «К теории чувственного восприятия» (1858–1862), где описывает эксперименты и представляет видение методов новой психологии. Он впервые вводит понятие «экспериментальная психология». Эта работа Вундта, как и «Элементы психофизики» Фехнера, ложится в основу новой науки.

Вундт с 1867 г. читает первый в мире курс лекций по экспериментальной психологии, который является образцом для нескольких поколений психологов. С 1875 г. он становится профессором философии в Лейп-

циге, где открывает первую в мире психологическую лабораторию (1879). Широкая известность его имени привлекает большое количество студентов. Среди них было немало молодых людей из разных стран, которые позже внесли значимый вклад в развитие психологической науки. По образцу лейпцигской лаборатории были созданы экспериментальные психологические лаборатории в разных европейских странах, в США и в России (первая появилась в Казани, ее основателем был В. М. Бехтерев). Вокруг лаборатории Вундта складывается большая интернациональная группа исследователей.

Вундт основывал свои исследования на *элементах сознательного опыта*. Он предложил *теорию апперцепции*: процесс организации базовых элементов в единое целое как творческий синтез психологических составляющих, в результате которого возникает новое качество. Впоследствии сторонники гештальтпсихологии опротестуют эту теорию, заявив, что целое не сводится к сумме его частей.

Важно *изучение содержания структуры сознания* для понимания психологических процессов. Свою систему, которая объясняла, как сила воли делает мышление высокоорганизованным, как уже говорилось выше, Вундт назвал *волютаризмом*.

Еще одна важная идея Вундта заключалась в том, что психологи должны иметь дело с *непосредственным опытом* субъекта, который отличен от всякого рода интерпретаций, не зависит от предыдущего опыта. По аналогии с естествоиспытателями, он намеревался разделить мышление на элементы или составные части (по примеру таблицы химических элементов Д. И. Менделеева).

Основным методом психологии является интроспекция, или *внутренняя перцепция*. Исследователь использует какой-либо раздражитель и просит испытуемого описать свои ощущения, тем самым регистрируя переживания своего сознания. Эксперименты по внутренней перцепции проводились в лаборатории по правилам, которые разработал Вундт. Выявились и недостатки метода внутренней перцепции – у некоторых участников длительные эксперименты самонаблюдения вызывали серьезный душевный дискомфорт.

Вундт разработал *трехмерную модель чувств*, проводя эксперименты с использованием метронома (устройство, отмечающее ударами короткие промежутки времени). Занимаясь самоанализом, он пришел к идее трех

разнонаправленных измерений чувств: удовольствие – дискомфорт, напряжение – расслабление, подъем – угасание. Таким образом, любое чувство располагается внутри трехмерного пространства. Соответственно, *эмоции* – сложное соединение элементарных чувств, которые измеряются при помощи трехмерной модели. Появление этой теории активизировало экспериментальные исследования, она какое-то время пользовалась популярностью, но испытания временем не выдержала.

В дальнейшем Вундт занимается культурно-историческими исследованиями, изучая стадии развития человечества, которые проявляются в объективных продуктах культуры – языке, искусстве, мифологии, социальных устоях, законах, морали и т. п. Объединив их в труде «Психология народов» (1900–1920), он определяет новое направление развития – *социальную психологию*.

## 2.5. Вклад В. Вундта в развитие психологии

Организовать психологическую лабораторию мог только человек, хорошо разбирающийся в физиологии и философии и способный объединить эти дисциплины. Вундту пришлось объединять существующие в то время теории и методы научных исследований. Он ограничил предмет психологии вопросами изучения элементов сознания, подчеркивая, что *наука должна признавать только факты*. Вундту удавалось избежать дискуссий по поводу души и ее бессмертия. Он сумел доказать, что психология в этом понятии не нуждается.

Самым значимым достижением Вундта является проведение экспериментов в исследовании психических явлений и использование апробированных в других науках методов. *Объективность, повторяемость и проверяемость данных становятся критериями экспериментальных исследований*.

Психология Вундта получила широкое признание, но не сразу изменила состояние академической науки в Германии и других странах. Она долго оставалась одним из разделов философии, потому что ученые не были готовы к разделению наук. Кроме того, новая наука не была ориентирована на практическое применение. Некоторые исследователи считают, что именно поэтому психология Вундта не получила распространения в прагматической Америке.

Причина неудач В. Вундта и его сторонников связана с представлением о сознании как совокупности феноменов. Серьезной критике подвер-

гались идеи о том, что естественнонаучная тенденция сочеталась с идеалистическими представлениями о сознании и его отношениях с материальным миром.

Идеи Вундта становятся основой для развития *структурной и функциональной психологии, гештальтпсихологии*. Первый психологический практикум входил в курс философии; эксперименты исследования порогов ощущений, времени реакции истолковывались отлично от естественнонаучных исследований в философско-идеалистических традициях.

Еще при жизни Вундта возникли две психологические школы, которые опровергали его идеи. Психоанализ и гештальтпсихология объявили новый предмет исследования психологии: *бессознательное и гештальты* – целостные формы психики. Экономические, политические и военные факторы оказали трагическое влияние на развитие европейской психологии. Во время бомбардировки в 1943 г. лаборатория Вундта была разрушена.

Первые психологи исповедовали разные взгляды, но их объединяла Вундтовская идея утвердить и развивать психологию как самостоятельную науку. «Обзор 49 американских работ историков психологии, проведенный спустя семь десятилетий после смерти Вундта, показал, что до сего дня он считается крупнейшим психологом всех времен – славная память для ученого, чья система уже давно потеряла свою актуальность»<sup>1</sup>.

## 2.6. Структурализм и функционализм как развитие идей В. Вундта

В. Вундт как основатель экспериментальной психологии оказал большое влияние на ее развитие. Один из его последователей **Эдуард Брэдфорд Титченер** (Edward Bradford Titchener, 1867–1927) разработал свою систему – *структурализм*, развивая идеи Вундта (школа структурализма). Но, как отмечают Д. П. Шульц и С. Э. Шульц, «системы имели принципиальные различия, и термин “структурализм” мог применяться только в отношении подхода, использованного Титченером... Структурализм – система психологии Титченера, которая имеет дело с сознательным опытом, зависящим от испытывающего его субъекта»<sup>2</sup>.

Титченер изучал элементы сознания и их механическую связь посредством ассоциаций. *Основная задача психологии, по его мнению, – от-*

---

<sup>1</sup> Шульц Д. П., Шульц С. Э. Указ. соч. С. 102.

<sup>2</sup> Там же. С. 117.

*крытие элементарных составляющих сознания*, т. е. разложение сознания на составляющие и определение его структуры. *Предмет психологии – изучение сознательного опыта*, так как этот опыт зависит от испытуемого. Титченер утверждал, что другие науки независимы от испытуемого объекта, в отличие от психологии.

Титченер определял сознание как сумму переживаний человека в данный момент времени, а разум – как сумму наших переживаний в течение жизни. Он уделял большое внимание экспериментальным методам психологии. «Эксперимент представляет собой наблюдение, которое может быть повторено, изолировано и изменено. Чем чаще вы можете повторить наблюдение, тем вероятнее, что ясно увидите исследуемые явления и сможете их подробно описать... Чем шире ваши возможности варьирования наблюдения, тем более ясным будет проступать единообразие опыта и тем больше у вас будет шансов открытия закономерности. Все лабораторное оборудование, все приборы и инструменты изобретаются и создаются, исходя из этой задачи: дать ученому возможности повторить, изолировать и варьировать свои наблюдения»<sup>1</sup>.

Цели структурализма совпадали с целями естественных наук и по методам: выбрав область исследований, ученые выявляют ее элементы и законы, управляющие этими элементами. В качестве элементов сознания Титченер определил ощущения, образы и эмоциональные состояния. В «Очерках психологии» (1896) он обосновывает терминологию психологии и дает описания базовых элементов сознания. В «Учебнике психологии» (1909) Титченер описывает концепцию структурализма и его методы, при этом отмечая: «Для того чтобы сделать психологию по-настоящему научной дисциплиной, мы должны заниматься не только описанием психики, но и ее объяснением. Мы должны дать ответ на вопрос “почему?”»<sup>2</sup>.

Структурализм получил распространение в США и играл заметную роль в развитии американской психологии в течение двух десятилетий. В дальнейшем новые факты психологических исследований и развитие естественных наук приводят к возникновению новых направлений психологии. Несмотря на все ограничения и критику структурализм, как и система Вундта, оказал известное влияние на развитие психологии в плане определения ее предмета – сознательного опыта, постановки экспериментов, развития экспериментов в психологии.

---

<sup>1</sup> Шульц Д. П., Шульц С. Э. Указ. соч. С. 125.

<sup>2</sup> Там же. С. 136.

Структуралисты сформировали основу *интроспективных самоотчетов* испытуемых, их структуру и методику анализа этих данных. Методика самоотчетов широко используются в современной психологической практике. Значение структурализма состояло и в том, что это было уже сложившееся психологическое направление, на основе которого начинают формирование новые теории, подходы, направления и школы (А. Н. Ждан, Т. Лихи, Д. П. Шульц и С. Э. Шульц, М. Г. Ярошевский).

Исследования психики, проведенные Вундтом и Титченером, не выявили практических результатов психической деятельности человека, и не смогли дать ответы на вопросы: какие функции выполняет сознание и как оно функционирует? Впрочем, следует отметить, что основатели психологии считали ее чисто академической наукой и не ставили цели использования психологических знаний в практической деятельности человека. Новые реалии ставят новые задачи перед психологией.

В начале XX в. в США формируется новое направление – *функциональная психология (функционализм), изучение функций сознания*. Основой ее стали исследования структурализма, идеи **Чарльза Дарвина** (Charles Robert Darwin, 1809–1882), **Герберта Спенсера** (Herbert Spencer, 1820–1903) и **Вильяма Джемса** (William James, 1842–1910).

Эволюционная теория Дарвина оказала огромное влияние на развитие естественных и социальных наук и, конечно, психологию. Отметив факт изменчивости, Дарвин выявил наследственную передачу различий от поколения к поколению, сформулировал концепцию естественного отбора и возможность передачи изменений, приобретенных в течение жизни, которые расширяют преимущества в борьбе за существование по сравнению с родителями. Иногда внутривидовые различия таковы, что приводят к образованию новых видов. Таким образом, психология под влиянием учения Дарвина начинает меняться. Расширяются методы исследований: использование наблюдений за животными в сравнении с человеком, изучение демографии, археологии и других источников. Появляются новые темы: индивидуальные различия, детская психология и др.

Философ Г. Спенсер, используя эволюционную теорию, утверждал, что эволюционным является развитие человека и всех социальных институтов. При условии невмешательства в действие закона выживания останутся только лучшие индивиды и системы. Государство не должно вмешиваться в жизнь общества и помогать социальным институтам, группам, от-



дельным гражданам; любая помощь противоречит естественному эволюционному процессу, этим государство ослабляет себя. Идеи Спенсера получили широкое распространение в США, так как отвечали духу времени, ориентированному на выгоду, практичность и функциональность, и способствовали развитию функционализма.

Большое влияние на развитие функционализма оказали идеи В. Джемса, который утверждал, что психология должна изучать функции приспособления сознания. Психические процессы – это полезная функциональная деятельность в попытках приспособиться к окружающему миру. Джемс подчеркивал, что интеллект работает под влиянием тела, эмоциональных факторов, потребностей и желаний людей. «Он провозгласил единство всей психической жизни, целостность непрерывно изменяющегося опыта. Сознание существует в форме непрерывного течения, – которое он назвал *потоком сознания* – и любая попытка разделить его на отдельные элементы или фазы только извращает его суть»<sup>1</sup>. Главное – это цель сознания, т. е. умение выбирать, приспособляться к окружающей среде, и Джемс предложил использовать в *психологии сравнительный метод*. Он также подчеркивал значение прагматизма для психологии, т. е. психология должна быть ориентирована на практику.

Основатели функционализма – **Джон Дьюи** (John Dewey, 1859–1952), **Джеймс Роулэнд Энджелл** (James Rowland Angell, 1869–1949), **Гарвей Кэпп** (Kerr, Carr Garvey, 1873–1954), которые в Чикагском университете начали проводить исследования функций сознания, поэтому это направление называют *чикагской школой*.

Дьюи в статье «Теория рефлекторной дуги» (1896) отрицал, что поведение и сознательный опыт могут быть сведены к частям. Как указывал ученый, предметом психологии должно быть изучение организма в процессе его жизнедеятельности. Идеи эволюции служили обоснованием роли сознания в выживании: сознание вызывает соответствующее поведение, которое обеспечивает функционирование организма. *Функциональная психология должна изучать организм в процессе его жизнедеятельности, т. е. функционирование его сознания в связи с окружающей средой*.

Энджелл в работе «Психология» (1904), описывая функциональный подход, указывал, что функции сознания – совершенствовать адаптационные возможности организма, поэтому психология должна изучать, как психи-

---

<sup>1</sup> Шульц Д. П., Шульц С. Э. Указ. соч. С. 179.

ка помогает организму приспособиться к окружающей среде. Функциональная психология – это учение о психических операциях в противовес структурализму; учение о фундаментальной полезности сознания, о психофизических связях (разум/тело) в общем контексте взаимоотношений организма с окружающей средой. «Функционализм рассматривает все функции разума/тела и утверждает, что фактической разницы между ними нет. По сути они принадлежат к феноменам одного порядка и легко переходят друг в друга»<sup>1</sup>.

Кэрр утверждал, что функционализм – это настоящая американская система и предметом психологии считал психическую деятельность – восприятие, память, воображение, мышление, чувства, волю. *Функция психической деятельности* заключается в приобретении, фиксировании, сохранении, организации и оценке этих переживаний и использовании их для руководства поведением.

К 1925 г. в США функционализм стал господствующим направлением в психологии. Большинство психологов придерживалось этого направления. Возникновение функционализма разделило психологов на два лагеря. Структуралисты и функционалисты упрекали и критиковали друг друга. Критике подвергались терминология функциональной психологии (функция, процесс, вид деятельности и др.), ее методы, интерес к прикладным проблемам. Возникло противоречие между академической и прикладной наукой. (Сейчас таких противоречий нет, так как психологические знания используются во многих сферах жизни человека.)

Чикагская школа перенесла акцент на изучение *объективного, внешне наблюдаемого поведения*. И, как подчеркивают Д. П. Шульц и С. Э. Шульц, функционализм способствовал тому, что американская психология шла к фокусированию внимания только на поведении, оставляя в стороне вопросы мышления. «Функционалисты перекинули мост от структурализма к следующему революционному движению – бихевиоризму Уотсона»<sup>2</sup>. *Одной из значительных заслуг функционализма является применение психологии к решению практических задач – появление прикладной психологии.*

Конец XIX – начало XX в. характеризуется ростом производства, усложнением, специализацией и интенсификацией процессов труда, усилением конкуренции на мировых рынках; в мире происходит перераспределение рынков сбыта – все это предъявляет новые требования к подготовке спе-

---

<sup>1</sup> Шульц Д. П., Шульц С. Э. Указ. соч. С. 187.

<sup>2</sup> Там же. С. 189.

циалистов, к отбору персонала для работы в промышленности, для управления усложнившейся техникой. Это период формирования прикладной психологии: *психологии труда, промышленной (индустриальной) психологии*, включая профессиональный отбор, профессиональное обучение, вопросы безопасности и т. п. Развиваются *педагогическая, военная, медицинская (клиническая) психология, психотерапия и психопрофилактика*.

В психологии начинают использоваться количественные и статистические методы, разрабатываются тесты и опросники для выявления разных способностей человека, в том числе и умственных. Психологические знания используют в рекламе, бизнесе, юридической практике, при создании технического оборудования, учитывающего особенности человека, управляющего им. Психологи изучают организационные факторы, влияющие на производительность и эффективность труда, среди которых стили руководства и стили общения, неформальные группы, взаимоотношения между служащими и т. п.

Прикладная психология становится уважаемой профессией. «Прикладная психология, – говорил Эдвард Торндайк, – это научная работа. Создать психологию для бизнеса, промышленности или армии тяжелее, чем создать психологию для других психологов, и потому это требует большего таланта»<sup>1</sup>.

## **2.7. Психологические школы, направления и подходы**

Изменение социальной значимости психологии – главный стимул ее развития в XX в. С усилением общего интереса к психологии происходят ее дальнейшее *экстенсивное развитие* – расширение и дифференциация тематики исследований, улучшение технической и математической оснащенности и *интенсивное развитие* – развитие методов и систем понятий психологической науки. История общества и научный прогресс приводят к формированию новых представлений о психическом, что является основой возникновения *психологических школ и направлений* (А. Н. Ждан, Т. Лихи, Д. П. Шульц, С. Э. Шульц, М. Г. Ярошевский).

*Психологическая школа – течение в науке, основанное крупным ученым и продолженное его последователями*. В научной школе объединяются две функции науки: *обучение научному творчеству*, так как без этого

---

<sup>1</sup> Цит. по: Шульц Д. П., Шульц С. Э. Указ. соч. С. 243.

невозможна преемственность в развитии познания, и *исследовательская функция* – поиск и развитие новых знаний. Школа в науке – это всегда коллективное творчество. В отдельных исторических обстоятельствах школы приобретают статус особо важных научных направлений, они претендуют на то, что их программа наиболее точно и адекватно отражает научные требования времени. Приверженцы школ связаны непосредственным общением, группируются вокруг лидеров. Подобные научные коллективы обладают высокой степенью сплоченности. Они имеют собственные средства информации, проводят общие мероприятия (конференции, симпозиумы, форумы, тренинги, мастер-классы и т. п.). Появление психологических школ связано с тем, что представители разных течений расходились в понимании предмета и методов психологии. И зарубежные, и отечественные психологические школы развивали собственные психологические теории, зачастую не признавая никаких других, отказывая им в научности, логичности, теоретической обоснованности и т. п.

Стадия развития науки, когда она разделена на отдельные школы, называется *допарадигматической*. *Парадигма* – способ мышления, который в течение определенного времени для исследователей данной области определяет основные вопросы и основные ответы на них. «Наука достигает зрелости, т. е. высокой стадии развития, когда она больше не делится на различные школы; когда большинство ученых едины в вопросах принятия основных теорий и методов. На этой стадии развитие научной области определяется некой моделью, общей парадигмой – больше нет соперничающих фракций»<sup>1</sup>.

Психология еще не достигла парадигматической стадии: нет общего согласия по поводу основных понятий, проблем, методов. Идея о парадигме – это стремление выделить некий образец, объединяющий исследователей в одно сообщество. Парадигма достаточно сильна (ученые долго находятся в ее рамках, не ища альтернативы), но при этом достаточно открыта. Парадигма включает теоретические законы и выводы, способы решения проблем. Несовместимые с парадигмой факты игнорируются либо подгоняются под ее каноны. Новые факты (теории, идеи, методы) расшатывают парадигму и способствуют ее изменению. Это общие закономерности развития науки.

Каждая из ранних психологических школ, например функционализм, бихевиоризм, была движением протеста против предыдущих взглядов.

---

<sup>1</sup> Шульц Д. П., Шульц С. Э. Указ. соч. С. 33.

Представители каждого течения заявляли об очевидной слабости старой системы и предлагали новые концепции, определения. Когда новой школе мышления удавалось завладеть вниманием научного сообщества, предыдущая платформа отвергалась. Возникали яростные конфликты между представителями различных школ. «Немецкий физик Макс Планк писал: “Новая истина одерживает победу в науке не потому, что ее оппоненты “прозревают”, а скорее потому, что все они в конечном счете умирают, а новому поколению знакома только новая система”»<sup>1</sup>.

Так, Л. С. Выготский, рассматривая развитие психологии в начале XX в., назвал этот период *кризисом*, который выражается в том, что «психология на Западе разбилась на целый ряд мелких направлений, одно перечисление которых должно было бы занять изрядное количество времени»<sup>2</sup>. Борьба отдельных школ одновременно является и процессом, в котором рождаются отдельные главы психологии. Любое новое направление обогащает психологию новым психологическим материалом. При этом каждое направление вынуждено вбирать в себя данные других направлений, часто чужеродных данному направлению. Каждое направление эклектично, но есть стремление создать единую психологию. При этом большинство психологических направлений убеждено, что единой психологии существовать не может, что не способствует преодолению кризиса (Л. С. Выготский).

Следует еще раз отметить, что довольно часто понятия «психологические школы», «психологические направления», «психологические подходы» используются как синонимы (А. Н. Ждан, Т. Лихи, Д. П. Шульц, С. Э. Шульц, М. Г. Ярошевский и др.).

В зарубежной психологии существует пять основных подходов к изучению психологии человека: *психоанализ, гештальтпсихология, бихевиоризм, гуманистическая психология, когнитивная психология*. Каждый из них развивался в определенном историческом контексте и имел своих последователей и оппонентов.

*Психоанализ (психоаналитическая терапия)* был разработан З. Фрейдом в конце XIX в. Изначально психоанализ был методом лечения неврозов, затем стал общепсихологической теорией. Психоанализ изучает движущие силы душевной жизни, мотивы, влечения, смыслы и основан на идее о том,

---

<sup>1</sup> Шульц Д. П., Шульц С. Э. Указ. соч. С. 34.

<sup>2</sup> Выготский Л. С. Развитие высших психических функций. М., 1960. С. 458.

что поведение определяется не только сознанием, но и бессознательным. Термин «психоанализ» употребляется в трех значениях: 1) теоретическое направление в психологии; 2) особая методология исследования психики; 3) психотерапевтический метод.

*Глубинная психология* объединяет течения, подходы и школы, изучающие процессы бессознательного, «внутреннюю психику». Например, в психоаналитическом направлении исследователи выделяют классическую школу З. Фрейда, школу К. Г. Юнга, психосинтез Р. Ассаджиоли и т. д.

*Гештальтпсихология* – направление в психологии, возникшее в Германии в первой трети XX в. и выдвинувшее программу изучения психики с точки зрения целостных структур (*гештальтов*), первичных по отношению к своим компонентам. Психические «гештальты» и их преобразования – «переструктурирование» – трактовались как свойства сознания человека, зависимость которого от предметного мира и деятельности нервной системы представлялась по типу изоморфизма (структурного подобия).

*Бихевиоризм* – поведенческая психология, исследует научение как ведущий механизм формирования психики, а окружающую среду – как главный источник развития. К поведению относят все внешне наблюдаемые реакции на внешние воздействия (стимулы), которые можно объективно зафиксировать невооруженным глазом либо с помощью специальных приборов. Единицей анализа поведения объявляется конкретная связь стимула S и реакции R. Бихевиоризм отказался от метода интроспекции и предложил метод объективного наблюдения и метод эксперимента, в которых исследуется связь S–R, с целью последующего предсказания поведения субъекта и «управления» им.

*Гуманистическая психология* – личностно-центрированная психология рассматривает человеческую жизнь как процесс самоактуализации, самореализации, максимального развития индивидуальности, внутреннего потенциала личности. Задача человека – найти естественный для себя путь в жизни, понять и принять свою индивидуальность. Предметом изучения гуманистической психологии является личность как уникальная целостная система, которая представляет собой «открытую возможность» для самоактуализации, присущую только человеку. Человек наделен потенциями к непрерывному развитию, он обладает определенной степенью свободы от внешней детерминации благодаря смыслам и ценностям, которыми ру-

ководствуется в своем выборе. Некоторые авторы гуманистическую психологию называют *феноменологической* (Р. Л. Аткинсон, Р. С. Аткинсон, Э. Е. Смит и др.).

*Когнитивное направление* изучает познавательные, интеллектуальные процессы и рассматривает человека как своеобразный «компьютер». Когнитивная психология формируется в 1950–60-х гг. и является одним из ведущих направлений современной психологии. Основная ее задача – исследование процессов переработки информации от момента попадания стимула на рецепторные поверхности до получения ответа. Используется аналогия между процессами переработки информации у человека и вычислительных машин. Изучают такие познавательные процессы, как восприятие, запоминание, мышление, решение задач и принятие решений и т. п.

*Экзистенциальная психология – психология «существования», бытия человека*, связана с философией, ее относят также к гуманистическому направлению. Она исходит из первичности бытия человека в мире, столкновение с которым порождает базовые экзистенциальные проблемы. Экзистенциальная психология изучает проблемы времени, жизни и смерти, свободы, ответственности и выбора, а также проблемы общения, любви и одиночества, смысла/бессмысленности существования. Она подчеркивает уникальность личного опыта конкретного человека, несводимость его к общим схемам.

*Психология духовности – холистическое направление*, объединяющее научный и религиозный подходы к человеку, анализирует современные теоретико-методологические подходы к изучению понятия «духовность». Духовность рассматривается как высший уровень развития и саморегуляции зрелой личности. Основными мотивационно-смысловыми регуляторами ее жизнедеятельности становятся высшие человеческие ценности, находящиеся между собой в неиерархических взаимоотношениях, подчеркивается интегрирующая, системообразующая функция духовности в формировании целостности психического мира личности, обосновывается основополагающая ее роль как регулятора поведения и деятельности человека, его взаимоотношений с другими людьми.

*Психология деятельности* – отечественное направление в психологии. Человек развивается через *интериоризацию* общественно-исторического опыта в процессе деятельности – сложной динамической системы взаимодействия субъекта с миром (обществом). Деятельность личности

понимается как реальная, объективно наблюдаемая практическая, творческая, самостоятельная деятельность конкретного человека.

*Биологический подход* пытается установить взаимосвязь между внешними проявлениями и активностью мозга и нервной системы, т. е. определить, какие нейробиологические процессы лежат в основе поведения и психической активности. Например, выявление центров речи, центров, связанных с узнаванием лиц, с процессами памяти и т. д. Но попытка сведения психологических понятий к биологическим – это *редукционизм* (сведение сложного явления к более простым его составляющим), с помощью которого невозможно сформулировать психологические законы. Биологи традиционно критикуют психологию за недостаточную объективность методов исследования и обещают «объяснить» психические явления через физиологические процессы. Биологический анализ необходим, он позволяет выяснить, *как* психологические понятия реализуются в мозге. Для современной науки важно рассматривать психологические явления и на биологическом уровне, но психологический анализ обладает большими возможностями.

Далее рассмотрим психологические теории, концепции, подходы зарубежной и отечественной психологии, оказавшие значительное влияние на развитие психологической науки и получившие практическое применение.



### Глава 3. ПСИХОАНАЛИЗ

*Психоанализ* – самое известное понятие психологии, а фамилию его основателя знает любой образованный человек. Психоанализ – направление в психологии, основанное австрийским психиатром и психологом **Зигмундом Фрейдом** (Sigmund Freud, 1856–1939) в конце XIX в. Основные его теории связаны с бессознательными явлениями психики человека. Несмотря на свою научную подготовку Фрейд не пользовался традиционными экспериментальными методами, не использовал статистические методы анализа результатов. Психоанализ не имел отношения к лабораторным исследованиям, его основа – в психиатрии, поэтому строго научной школой его назвать трудно.

*Предметом изучения психоанализа было аномальное поведение, а методом изучения – клиническое наблюдение, а не лабораторный эксперимент. Новизна учений Фрейда состоит в том, что он начал изучать бессознательное в структуре личности, выявил динамику взаимодействий сознательного и бессознательного и разработал способ выявления неосознаваемых мотивов, скрытых в бессознательном.*

Исторические и логические истоки психоанализа находятся в совместной работе З. Фрейда и И. Брейера, посвященной изучению природы истерии и ее лечения, – «Этюды об истерии» (1895). Оказалось, что истерический симптом связан с психическими переживаниями, которые были забыты. Задачей терапии является разрядка задержанного раздражения, поэтому ее называли «очистительной» или «катарсической».

Распространение психоанализа в Европе началось с создания в 1908 г. Международной психоаналитической ассоциации, наибольшую популярность он получает после Первой мировой войны, проникнув и в Россию. В 1920 г. в Берлине был открыт Психоаналитический институт, готовивший профессиональных врачей-аналитиков. В 1922 г. Государственный психоаналитический институт был открыт и в России.

Для истории психоанализа характерны как широкое распространение его идей в области теории и практики психологии, так и не прекращающиеся до настоящего времени попытки их ревизии и критики. Психоанализ становится революционным подходом к пониманию многих психических явлений, а также терапевтическим методом, позволяющим помочь людям с разными

психологическими проблемами. З. Фрейду удалось выявить влияния, которые оказывают неосознаваемые мысли, чувства, желания и влечения человека на его соматическое и психическое здоровье, на его мысли и поступки, и начать их изучение. Он развивал идею о том, что *поведение человека определяется не только и не столько сознанием, сколько бессознательным.*

Для многих современников существование этих взаимосвязей и влияний благодаря работам Фрейда и его последователей уже очевидно, но в начале XX в. психоанализ произвел настоящий переворот в науке и обществе. Огромно воздействие психоанализа на гуманитарные и социальные науки, на культуру современной жизни, на формирование идей последующей сексуальной революции. Многие художники и писатели были вдохновлены идеями Фрейда (Р. Дадун, В. М. Лейбин, Ж. П. Сартр и др.). Однако некоторые исследователи до сих пор считают, что психоанализ не является научным учением и его следует отнести к мифологии, а также пытаются доказать, что свои идеи о природе человека Фрейд выдумал. При этом не только подвергаются критике теории психоанализа, но и отрицаются результаты терапии (Г. Ю. Айзенк, Ю. И. Новоженков, В. Франкл, А. Эллис и др.).

В докладе «Современные течения психологии» (1932) Л. С. Выготский пишет, что «фрейдовская система психологии возникла как реакция на ассоциативную психологию, в которой все побуждения сведены к связям и сочетаниям психических процессов. А между тем, ни одна из современных систем не сохранила в неприкосновенности ассоциативную психологию, как именно фрейдовская система. Самый метод, которым пользуется Фрейд, – это метод сведения в одно целое различных ассоциаций, метод анализа детерминированных ассоциативных рядов»<sup>1</sup>.

В работе «Введение в психоанализ» (1915–1917) Фрейд дает определение психоанализа, которое стало классическим. Оно включает три разных представления о психоанализе:

- метод исследования психических процессов;
- метод лечения невротических нарушений (психотерапевтический метод);
- теоретическое направление в психологии.

Концепция психоанализа основывается на постулате, согласно которому эмоциональные переживания отражают внутриличностные конфликты между инстинктивными побуждениями человека и социальными (нрав-

---

<sup>1</sup> *Выготский Л. С. Развитие высших психических функций. С. 462.*

ственными и этическими) нормами. Разрешение конфликтов осуществляется путем вытеснения представлений об этих побуждениях из сознания человека в сферу бессознательного. Будучи вытесненными, эти желания и влечения не исчезают бесследно, а продолжают воздействовать на поведение человека, проявляясь в виде сновидений, ассоциаций, ошибочных действий и т. п., поэтому человек часто не знает истинных мотивов своего поведения. Разрешение внутренних конфликтов, обусловленных противоречивыми установками «принципа удовольствия» и «принципа реальности», носит лишь временный характер; в дальнейшем оно оборачивается психологическим дискомфортом и ведет к возникновению неврозов и даже болезней. Доминантой жизни личности в психоанализе является стремление максимизировать удовлетворение врожденных влечений и одновременно минимизировать наказание (внешнее и внутреннее) за него<sup>1</sup>.

Победное шествие психоанализа по Европе замедлилось лишь в 1920–30-х гг. в связи с формированием идеологий, которые не очень ценили личность человека. Как в Советской России, так и в странах с фашистскими режимами многие проблемы личности никогда не рассматривались (сексуальные проблемы, проблемы общения и т. п.). В 1924 г. российский институт психоанализа закрывается, из советских библиотек изымаются все труды Фрейда и его последователей. В 1933 г. психоанализ подвергается запрету в Германии, а с 1938 г. – в Австрии. Психоаналитики вынуждены покинуть эти страны, и с этого времени начинается быстрое развитие психоанализа в Великобритании и особенно в США, куда эмигрировало большинство психоаналитиков из Европы.

Сегодня психоанализ во всем мире признан одной из ключевых концепций в понимании нормальной психологии и психопатологии человека. Идеи Фрейда используются в разных методиках психотерапии и распространяются на многие науки: педагогику, социологию, культурологию, а также на немедицинские сферы жизни.

*Современный психоанализ следует рассматривать как совокупность следующих учений и методов, которые развивал в течение жизни З. Фрейд, а в дальнейшем – его последователи:*

- *учение о бессознательном;*
- *психодинамическая теория личности;*
- *метод свободных ассоциаций;*

---

<sup>1</sup> См.: Фрейд З. Введение в психоанализ: лекции. М., 1989; Он же. Психология бессознательного. М., 1990.

- *толкование сновидений;*
- *психологические защиты личности;*
- *учение о психосексуальных стадиях развития личности.*

### **3.1. Учение о бессознательном**

Идея о том, что на наше повседневное поведение влияют неосознаваемые мотивы, рассмотрена Фрейдом в книге «Психопатология обыденной жизни» (1901). Различные ошибочные действия, забывание имен, оговорки, описки обычно принято считать случайными, объяснять их слабостью памяти. Но, по представлениям Фрейда, в них прорываются скрытые мотивы, ничего случайного в психических реакциях человека нет, все причинно обусловлено. В работе «Остроумие и его отношение к бессознательному» (1905) шутки, анекдоты и каламбуры интерпретируются Фрейдом как разрядка напряжения, созданного ограничениями и социальными нормами.

3. Фрейд разработал динамическую модель психики, которая включает представление о трех ее составляющих – *сознательном, предсознательном (подсознательном)*, близком по своим свойствам к сознанию, и *бессознательном*, которое отделяется от первых двух особой психической инстанцией – *цензурой*. Цензура выполняет две функции:

- вытесняет в область бессознательного неприемлемые и осуждаемые личностью собственные чувства, мысли и желания;
- оказывает сопротивление активному бессознательному, стремящемуся прорваться в сознание.

*Уровень сознания* включает ощущения и переживания человека в данный момент времени, и только незначительная часть психической жизни входит в сферу сознания.

*Предсознательное* – это весь опыт человека, который не осознается в данный момент, но может стать осознанным или спонтанно или в результате волевых усилий. Предсознательное – это некий мост между сознанием и бессознательным.

*Бессознательное* – самая глубокая часть психики человека, хранилище примитивных инстинктивных побуждений, эмоции и воспоминания, угрожающие сознанию, травмы детства, скрытые враждебные чувства к родителям, подавленные сексуальные желания. Фрейд настаивал на том, что травматические события, аффективные переживания, нереализованные желания не исчезают из психики, а подвергаются вытеснению в сферу бессознательного, которое *активно воздействует на психическую жизнь че-*

ловека. Они препятствуют нормальному психическому развитию и духовному росту человека, его творчеству, формированию здоровых и устойчивых межличностных взаимоотношений.

Согласно теории психоанализа, если внутренние побуждения человека получают беспрепятственный выход, то он легко превратится в преступника, реализуя свои потребности, запрещенные социумом. При их вытеснении человек становится невротиком. Но если они будут сублимированы в социально полезную деятельность, то человек адаптируется в обществе. Для устранения этих проблем желательно понизить предъявляемые к индивиду требования, тем самым ослабив процесс вытеснения, и посредством рационального контроля над инстинктами увеличить способность человека к сублимации. Психоанализ позволяет человеку выявить и идентифицировать собственные внутренние конфликты, разобраться в их природе. В «Этюдах по истерии» Фрейд называет психоанализ кропотливым, но зато абсолютно надежным методом. Главная задача психоанализа – установить психологическую природу симптома, выявить его источник. Выявление бессознательного оказывает мощное лечебное действие.

Фрейд, используя достижения физики, физиологии, биологии того времени, считал, что поведение человека активизируется единой энергией, которая по закону сохранения энергии может переходить из одного состояния в другое. Источник психической энергии – нейрофизиологическое состояние возбуждения. В основе *мотивации человека – энергия возбуждения*, порождаемая его телесными потребностями. Часть энергии направляется на умственную деятельность, тем самым снижается уровень возбуждения. *Инстинкты* – движущие, мотивационные силы личности, высвобождающие психическую энергию. Как отмечают Д. П. Шульц и С. Э. Шульц, *понятие «инстинкт» не совсем точное для описания поведения человека, и Фрейд использовал термин «tribe» – «побуждающая сила», или «импульс»*. «Для Фрейда инстинкты – это не врожденные рефлексы, как обычно понимают данный термин, а, скорее, та часть стимуляции, которая исходит от тела. Целью инстинктов является устранение или ослабление стимуляции при помощи определенных типов поведения, таких как еда, питье или сексуальная активность»<sup>1</sup>. В очередной раз убеждаемся в необходимости уточнения терминов и понятий, которые использовали исследователи разных направлений.

---

<sup>1</sup> Шульц Д. П., Шульц С. Э. Указ. соч. С. 418.

Фрейд выделял две группы инстинктов. *Инстинкты жизни (Эрос, влечение к жизни)* – биологические потребности и сексуальные влечения. Они направлены на самосохранение и выживание вида и являются созидательными, поддерживающими жизнь. Эта психическая энергия называется *либидо*. *Вторая группа – это инстинкты смерти (Танатос, влечение к смерти)* – деструктивные, разрушительные силы. Они направлены или на себя (мазохизм, самоубийство), или в окружающий мир (жестокость, ненависть, агрессия).

Долгое время Фрейд считал, что *либидо находит разрядку в исключительно сексуальном поведении*. Поэтому в сознании многих психоанализ – это теория сексуальности человека, а Фрейд – сексуальный реформатор. Но в течение жизни он пересматривал функцию либидо и в итоге стал рассматривать его как *жизненную энергию*. Кроме того, он пришел к убеждению, что инстинкт агрессии может быть таким же сильным фактором мотивации, как секс. Как отмечал Ю. И. Новожженов, «Фрейд только пошевелил занавес, прикрывающий таинственное либидо человека. Оно так и осталось загадочным иррациональным началом, безудержной страстью для одних и божественным промыслом для других».<sup>1</sup>

### 3.2. Психодинамическая теория личности

В начале 1920-х гг. вышеупомянутые идеи Фрейда трансформируются в учение о трехкомпонентной структуре личности, которая в дальнейшем получила название *психодинамической теории личности*. Структура личности включает следующие подструктуры:

- *Id (Ид, Оно), бессознательное* – содержит врожденные инстинкты (жизни и смерти), а также вытесненные желания, влечения, мысли, эмоции и т. д. Ид существует согласно *принципу удовольствия* (немедленной разрядки психического напряжения, связанного с потребностью) и не принимает в расчет интересы окружающих людей. Ид – онтогенетически наиболее ранняя структура личности.

- *Ego (Эго, Я), сознательное* – формируется в процессе жизни человека и включает представления о себе, своих возможностях и т. п. Функция Эго – обеспечение человеку возможности удовлетворения своих влечений

---

<sup>1</sup> Новожженов Ю. И. Таинственное либидо. Социобиологический анализ человеческой сексуальности. Екатеринбург, 1999. С. 8.

во внешнем мире в соответствии с *принципом реальности* (отсрочка удовлетворения потребности до появления подходящих условий и объектов). Становление Эго связано с развитием сознания.

- *SuperEgo (Супер-Эго, Сверх-Я), сверхсознательное* – включает систему идеалов, норм и запретов, формируется в индивидуальном опыте путем *идентификации* с Супер-Эго родителей и близких взрослых. Супер-Эго пытается затормозить общественно осуждаемые импульсы со стороны Ид, направлять человека к идеалам в мыслях и поступках.

*Динамика личности* определяется способами распределения и использования психической энергии всеми структурами, каждая из которых претендует на контроль за этой энергией: усиливается одна, ослабевают другие. Изначально вся энергия сосредоточена в Ид, а затем в процессе развития личности происходит ее перемещение. Структура Эго постоянно находится под двусторонним давлением Ид и Супер-Эго, и ее основная функция заключается в интеграции Ид и Супер-Эго для обеспечения необходимой связи с внешним миром. Эго вынуждено подчиняться социальным требованиям, чтобы сохранить себя.

Борьба между Ид и Супер-Эго порождает *защитные механизмы личности*, которые действуют *бессознательно* и искажают или отрицают травмирующую реальность. Возможна также *сублимация* бессознательных влечений – замещение запретных влечений, мыслей социально приемлемыми действиями, например творческой деятельностью. В учении Фрейда психика рассматривается с трех сторон: с *динамической* – как результат взаимодействия и столкновения различных психических сил; с *энергетической* – как энергия бессознательной подструктуры либидо; с *топической*, т. е. со стороны структурной организации психики. В единой теории были сформулированы проблемы движущих сил душевной жизни человека его мотивов и влечений, энергетической характеристики психики и ее структурной организации.

### **3.3. Метод свободных ассоциаций**

Разработанный Фрейдом *метод свободных ассоциаций* позволяет выявить вытесненные травмирующие переживания, мысли и как бы пережить их заново. Выведение подавленных конфликтов на осознанный уровень позволяет исследовать и разрешать их.

Во время психоаналитических сеансов пациент лежит на кушетке, а психоаналитик сидит у его изголовья вне поля его видимости. Это позволяет пациенту сконцентрировать внимание на себе и своем внутреннем мире: фантазиях, чувствах, воспоминаниях, и исключает восприятие невольных реакций аналитика. Аналитик также может фиксировать свои ассоциации, которые появляются у него в связи со словами пациента. Основное правило для психоаналитического диалога: пациент должен спонтанно говорить обо всем, что ему приходит на ум – о своих ощущениях, ассоциациях, мыслях и эмоциях. Не следует анализировать их как глупые, непристойные, незначительные и т. п., чтобы пациент мог вывести на осознанный уровень травмирующие воспоминания, которые были подавлены или подвергались цензуре со стороны Эго.

О необходимости соблюдать основное правило договариваются в самом начале психоаналитического лечения. Фрейд отмечает: «Успех психоанализа обуславливается тем, что он замечает и сообщает все, что проходит у него через мозг и не пытается подавлять мысли, которые могут показаться ему несущественными, абсурдными или не относящимися к теме; он должен относиться совершенно беспристрастно к своим мыслям; ибо именно эта критика сыграла бы важную роль, если бы ему не удалось найти желанного разъяснения сновидения, навязчивой идеи и т. п.»<sup>1</sup>. В остальном психоаналитик придерживается правила сохранять *психоаналитическую абстинентность*, т. е. избегать давать целевые указания и советы. Не должны удовлетворяться такие потребности пациента, как желание прикоснуться, что-то подарить и т. п. Необходимо ограничиваться исключительно анализом, вскрывая бессознательные мотивы. Абстиненция означает, что контакты между анализируемым пациентом и психоаналитиком остаются ограниченными исключительно во время лечения, но это ни в коем случае не исключает теплого, сердечного обращения с пациентом в другое время. Основное правило для психоаналитика – следовать за любыми ассоциациями пациента, превращаясь как бы в «резонирующее тело», в котором продолжают «звучать» психические проявления. Мысли и фантазии пациента в рамках свободных ассоциаций, непосредственное поведение по отношению к психоаналитику, рассказ о пережитом и об отношениях с другими людьми, отношение к проводимому лечению, сновидения и ошибочные действия – любые психические и поведенческие проявления пациента являются материалом, который подвергается анализу.

---

<sup>1</sup> Фрейд З. Толкование сновидений. Минск, 2004. С. 110.



В процессе психотерапии возможен *перенос* (смещение аффекта, чувств). Пациент может перенести подавленные чувства (например, по отношению к родителям) на психоаналитика. Это обычно означает, что внутренний конфликт выходит на уровень осознания. Психоаналитик поощряет этот процесс и способствует ему. Переносы мы встречаем во всех областях жизни, в любом межличностном взаимоотношении они играют определенную роль и не являются патологическими явлениями. Психоаналитик показывает пациенту, в каких актуальных паттернах поведения он продолжает действовать в соответствии с прежними бессознательными моделями и почему он это делает.

Противовесом переносу в анализе будет ответная реакция психоаналитика – его *контрперенос*. Контрперенос обусловлен бессознательной идентификацией психоаналитика с предложениями пациента, делаемыми им в переносе. Возникает бессознательное взаимодействие переноса и контрпереноса.

### 3.4. Толкование сновидений

В анализе сновидений психоаналитик пытается раскрыть и интерпретировать природу сновидений пациента. «Пациенты, которых я заставлял сообщать мне все их мысли и чувства, возникающие у них по поводу определенного вопроса, рассказывали мне свои сновидения и показывали мне тем самым, что сновидение может быть заключено в психологическую цепь, которая от данной патологической идеи простирается вглубь воспоминаний. Теперь уже было нетрудно рассматривать самое сновидение как симптом и применять к нему тот же метод толкования... Для этого необходима, конечно, известная психологическая подготовка больного. От него требуются две вещи: усиление внимания к его психическим воспоминаниям и устранение критики, при помощи которой он обычно производит подбор возникающих в его мозгу мыслей»<sup>1</sup>.

При этом, указывает Фрейд, в качестве объекта внимания следует брать не сновидение в целом, а отдельные его элементы. «Мой метод не так удобен, как метод популярного расшифровывания, который при помощи постоянного ключа раскрывает содержание сновидений; я, наоборот, готов к тому, что одно и то же сновидение у различных лиц и при различных обстоятельствах может открывать совершенно различные мысли»<sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> Фрейд З. Толкование сновидений. С. 110.

<sup>2</sup> Там же. С. 114.

Следует рассматривать сновидение как полноценное психическое явление. «В сновидении играют наиболее видную роль две психические силы (течения, системы), из которых одна образует желания, проявляющиеся в сновидении, другая же выполняет функции цензуры и, благодаря этой цензуре, способствует искажению этого желания... Из первой системы ничто не может достичь сознания, не пройдя предварительно через вторую инстанцию, а вторая инстанция не пропускает ничего, не осуществив своих прав и не произведя желательных ей изменений в стремящемся к сознанию материале»<sup>1</sup>.

Реальные заботы и тревоги пациента часто в сновидениях приобретают причудливую форму, т. е. во сне пациент видит нечто, символизирующее скорее саму тревогу, чем ее причину. Как выразился Фрейд, «*толкование сновидений есть Царская дорога к познанию бессознательного в душевной жизни*»<sup>2</sup>.

*Основные положения теории сновидений Фрейда:*

- Содержание бессознательного – вытесненные желания.
- Функция сновидений – оберегать сон.
- Сновидение – это компромисс между потребностью во сне и стремящимися нарушить его бессознательными желаниями.
- Сновидение – это галлюцинаторное исполнение желаний.

Фрейд отмечает: «Сновидение, рисуя перед нами осуществление желания, переносит нас в будущее, но это будущее, представляющееся грезящему настоящим, благодаря неразрушимому желанию представляет собой копию и воспроизведение прошлого»<sup>3</sup>.

По представлениям Фрейда, сновидение направляется бессознательными импульсами, так как во время сна ослабевает контроль сознания. Но сильными побуждениями сон может быть нарушен, тогда сновидение маскирует их в символы скрытого содержания (под скрытым содержанием понимаются вытесненные желания). Явное содержание получается в результате *процессов сгущения, смещения и вторичной обработки*. Сгущение – комбинация различных элементов, даже наложение их друг на друга в одном элементе сновидения (например, в одном лице сочетаются или проявляются последовательно черты разных людей). Смещение – проявление в сновидении элемента, мало

---

<sup>1</sup> Фрейд З. Толкование сновидений. С. 155.

<sup>2</sup> Там же. С. 531.

<sup>3</sup> Там же. С. 542.

связанного с главным содержанием ситуации, в которой проявилось неосознанное переживание. Во сне может присутствовать только один предмет (элемент), который был в травмирующей ситуации. Вторичная обработка – процесс, в результате которого сновидение приобретает цельность и связность, заполняются пробелы, исправляются несоответствия.

Часто символы в сновидениях, по мнению Фрейда, содержат вытесненный сексуальный материал. Все удлинённые предметы во сне – палки, стволы деревьев, ножи, зонтики и т. п. могут означать пенис, открытие зонтика может символизировать эрекцию. Коробки, ящики, сундуки, шкафы, печи могут являться символами матки. Другие образы сна – например, император или императрица могут представлять родителей.

В сновидении происходит регрессия психического к архаичному, изначальному, человек возвращается к детским влечениям. Символика сновидений универсальна, необходимо только понимать их значения. И сновидения, и невротические симптомы являются носителями скрытого смысла: существует тайный язык глубинных психических процессов, доступный переводу на язык сознания. Эта идея лежит в основе всей психотерапии Фрейда, который утверждал: «Там где было Оно, должно стать Я». То есть с выходом бессознательных представлений в сознание они теряют ту психическую энергию, которая не находила ранее иного пути, кроме создания невротических симптомов<sup>1</sup>.

### **3.5. Механизмы психологической защиты**

В психоанализе Фрейда все поведение человека носит защитный характер. *Психологическая защита определяется как нормальный механизм, направленный на предупреждение расстройств поведения.* Она проявляется в специфической переработке информации и предохраняет личность от стыда и потери самоуважения в условиях мотивационного конфликта, позволяет сохранять привычное мнение о себе, отторгая или искажая информацию, неблагоприятную и разрушающую первоначальные представления о себе и других. Фрейд определял защиту как механизм, направленный на снижение чувства тревоги.

*Пример.* Старшеклассник испытывает сексуальное влечение к своей учительнице, но оно не может быть реализовано напрямую. Психологиче-

---

<sup>1</sup> Фрейд З. Толкование сновидений.

ская защита работает так, что подросток не осознает своих истинных желаний, он увлекается школьным предметом, которому обучает эта учительница. Такое поведение одобряется и окружающими, и его Супер-Эго.

Механизмы психологической защиты формируются в межличностных отношениях, затем становятся внутренними характеристиками человека, т. е. в индивидуальном опыте происходит научение защитным формам поведения. Защитные механизмы могут быть эффективными или неэффективными (в зависимости от того, удастся ли человеку справиться с энергией бессознательного).

Важно подчеркнуть, что защитные механизмы – это не способы достижения желаемой цели, а способы организации частичного и временного душевного равновесия с тем, чтобы настроиться на реальное преодоление возникших трудностей. В этом случае люди по-разному реагируют на свои внутренние трудности: одни, отрицая их существование, подавляют склонности, которые доставляют им неудобства, другие отвергают свои желания как нереальные и невозможные. Приспособление в этом случае достигается за счет изменения восприятия. Все механизмы психологической защиты искажают реальность с целью сохранения психического здоровья и целостности личности, при этом искажается и Я, и картина мира личности.

Поскольку психику Фрейд изначально рассматривал в аспекте взаимодействия сознания и бессознательного, *понятие вытеснения*, объясняющее феномены сопротивления, в устройстве психики отражает пространственное отношение этих двух различных сфер психики. Вытеснение – это наиболее универсальный способ выключения из сознания неприемлемого мотива или неприятной информации. Ущемленное самолюбие, задетая гордость и обида могут порождать высказывание ложных мотивов своих поступков, чтобы скрыть истинные не только от других, но и от себя. Ложный мотив в этом случае может быть опасен тем, что позволяет прикрывать социально приемлемой аргументацией собственные эгоистические устремления. Вытесненный мотив, не находя разрешения в поведении, сохраняет свои эмоциональные и вегетативные компоненты, а вызванное им напряжение субъективно может восприниматься как состояние неопределенной тревоги, и вытесненные влечения могут проявляться в невротических и психофизиологических симптомах. Фрейд выделяет такие механизмы психологической защиты, как *отрицание, рационализация, проекция, регрессия, сублимация, замещение* и др.

Отрицание проявляется в том, что информация, которая тревожит, не воспринимается. Рационализация – это объяснение человеком своих желаний и поступков, в действительности вызванных другими причинами, признание которых может быть связано с изменением самооценки и потерей самоуважения.

Самым продуктивным защитным механизмом считается сублимация. Сублимация представляет собой подсознательную замену одной, запретной или практически не достижимой, цели на другую, разрешенную и более доступную, способную частично удовлетворить актуальную потребность. Она является своеобразным переводом энергии бессознательного в социально приемлемое русло. Как часто отмечают психоаналитики, сексуальные инстинкты сублимируются через художественное творчество, благотворительность, заботу о неимущих, привязанность к домашним животным и т. п. Агрессия, например, может сублимироваться в некоторых профессиях или в спортивных достижениях. Бывают и другие формы проявления сублимации: человек, который не может реализоваться в деловой сфере, начинает много времени уделять своему хобби или, испытывая эмоциональные затруднения, начинает переедать.

Психоаналитик предлагает *интерпретацию* – толкование мыслей, поступков, сновидений пациента, выявляя его защитные механизмы. Если пациент пытается блокировать обсуждение, быстро изменяя тему разговора, или даже активно противится действиям терапевта – это важный фактор, указывающий на чувствительные области в подсознании пациента. Несогласие с интерпретацией является также примером проявления действия защитных механизмов пациента<sup>1</sup>. При этом исходной установкой психоанализа является сведение невротических симптомов к переживаниям детства, связанным с бессознательным сексуальным влечением. Инфантильная сексуальность рассматривается как потенциальный источник конфликтов, возникающих в силу подавления запретных желаний. Фрейд считал, что только переживания детства дают ключ к объяснению последующих психических травм.

Психоаналитик выполняет роль умелого и опытного проводника по внутренним «лабиринтам», помогает пациенту обратиться к сущности его тайных чувств и переживаний. Зная о своем бессознательном, легче принимать осознанные и ответственные решения, поэтому психоанализ также на-

---

<sup>1</sup> Фрейд З. Введение в психоанализ; *Он же*. Психология бессознательного.

зывают техникой расширения сознания. Переживая заново личную историю, пациент по-новому смотрит на себя и находит связи между своим прошлым и конфликтами в настоящем, что позволяет избежать их в будущем.

Наиболее подробное описание защитных механизмов, выявленных З. Фрейдом, сделала А. Фрейд. В дальнейшем психотерапевты всех направлений, опираясь на идею Фрейда, дополняли и конкретизировали защитные механизмы личности, вводили новую терминологию. Тема психологических защит в настоящее время является одной из основных в психотерапии.

### **3.6. Стадии психосексуального развития личности**

Периодизацию возрастного развития З. Фрейда называют *психосексуальной теорией личности*. Развитие личности от младенческого возраста до стадии, на которой возникает естественное влечение к лицу противоположного пола, рассматривается Фрейдом в «Трех очерках по теории сексуальности» (1905). Он предполагал, что человек рождается с неким количеством сексуальной энергии – либидо, которая в строго определенной последовательности перемещается по разным областям тела (рот, анус, половые органы) – *эрогенным зонам*. В каком-то смысле все тело представляет собой большую эрогенную зону. Эрогенные зоны являются источником напряжения, а манипуляции в области этих зон ведут к снижению напряжения и вызывают приятные ощущения.

Фрейд обосновал развертывание психосексуальных стадий по мере созревания организма и считал, что эти стадии универсальны и присущи всем людям независимо от их культурного уровня. *Стадии* – это ступени на пути развития личности, и существует опасность «застрять» на той или иной стадии, и тогда компоненты детской сексуальности могут стать предпосылками невротических симптомов последующей жизни.

Названия большинства стадий личностного развития – *оральная, анальная, фаллическая, генитальная* – указывают на основную телесную (эрогенную) зону, с которой связано ощущение удовольствия в этом возрасте. Если ребенок недополучает желаемого, то энергия либидо не находит нужного выхода и накапливается в соответствующей зоне тела, происходит фиксация на той или иной стадии развития.

1. Оральная стадия – от рождения до 1,5 лет. Получение удовольствия связано с приемом пищи (деятельность губ, языка, зубов). Результат

фиксации – чрезмерное употребление пищи, курение, сарказм, вербальная агрессия и т. п.

2. Анальная стадия – от 1,5 до 3 лет. Сексуальное удовольствие получают от работы кишечника и выделительных функций. Фиксация выражается в двух типах индивидуальных особенностей. Первый – в подавлении импульсов (ригидность, упрямство, сверхпунктуальность, скупость), второй – в их проявлении (протест, гнев, агрессивность).

3. Фаллическая стадия – 3–6 лет. Обнаружение наличия /отсутствия пениса. Переживание конфликта – «комплекс Эдипа» или «комплекс Электры». Формирование половой идентичности и Супер Эго.

4. Латентная стадия – 6–12 лет. Сексуальность не проявляется, развиваются представления о мире и о нормах жизни.

5. Генитальная стадия – 12–18 лет. Завершение психосексуального развития, осознание половой принадлежности, поиск путей генитального удовлетворения с участием внешнего объекта, освобождение от авторитета родителей. Зрелая личность характеризуется многогранностью, активностью в решении жизненных проблем, ответственностью в социальных и сексуальных отношениях.

Самое главное в развитии личности происходит, по мнению Фрейда, в течение первых пяти лет. Наиболее значимые факторы – это биологическое созревание и способы общения с родителями. Проблемы адаптации в раннем детстве, травматические переживания, фиксация либидо предопределяют конфликты, неврозы и болезни в будущем.

### **3.7. Психоаналитический процесс и интерпретации**

В ходе анализа отношения между пациентом и психоаналитиком изменяются, происходит процесс их развития. Проявляющимся *переносам* противостоят бессознательные внутренние *сопротивления*, играющие роль защиты, так как переносы часто связаны с постыдными переживаниями, чувством вины, мучительными фантазиями, угнетающими и огорчающими воспоминаниями. Поэтому аналитический процесс довольно часто является болезненным для пациента.

*Психоаналитическая психотерапия* использует метод свободных ассоциаций, интерпретацию сопротивления и анализ переноса. Основная цель – исследовать бессознательное, чтобы лучше осознать свою личность, и ис-

пользовать эти знания в повседневной жизни. Для этого современные психоаналитики используют разные методы: исследование в форме беседы, эксперимент с помощью ассоциаций, анализ свободных ассоциаций с учетом сновидений и ошибочных действий, анализ с применением легкого гипноза.

Психоанализ означает прояснение бессознательных мотивов поведения и переживаний человека. Средством для этого является истолкование – *интерпретация* информации, которую аналитик получает во время сеансов; это объяснение того, что происходило с клиентом и было им забыто, или того, что происходит с ним сейчас и что он не может осознать. С помощью интерпретации заполняются «провалы» в памяти клиентов. Интерпретация – это преобразование неосознанных деталей в осознанные, чтобы помочь человеку заменить подавление напряжения осознанными действиями, соответствующими ситуациям настоящего момента.

Истолкования являются *интервенциями*, посредством которых психоаналитик сообщает пациенту, каким образом он понимает услышанные ассоциации и увиденное поведение, т. е. какие бессознательные мотивы он обнаруживает в ассоциациях пациента. Выделяют разные типы интерпретаций в зависимости от условий, в которых выявляется и прорабатывается клинический материал: *интерпретации содержания, переноса и сопротивлений*.

В процессе сеанса клиенты часто воспринимают психоаналитиков в качестве значимых в их детском прошлом лиц и *переносят* на них свои чувства и эмоции, например любовь или ревность. В этом случае перенос является трансформацией первоначального невроза в невроз переноса по отношению к психоаналитику. Хотя ассоциации клиентов в целом свободны, *однако их Эго имеет тенденцию сопротивляться воспроизведению прошлого материала*, оно испытывает тревогу (страх) перед возможным исследованием материала, подавленного в бессознательном. Работа с этими сопротивлениями – довольно сложная часть работы психоаналитика.

В современном психоанализе материал какого-либо терапевтического эпизода вначале прорабатывается и интерпретируется по отношению к складывающейся аналитической ситуации (здесь и сейчас), а интерпретации переноса служат для углубления работы. Интерпретирующий подход к складывающимся терапевтическим отношениям является



характерной чертой психоанализа. Как правило, несколько интерпретаций не повлекут за собой каких-либо существенных изменений, и проработка давних и глубоких конфликтов потребует довольно большого времени. Динамика конфликта постоянно проявляется в переносе в новых образах, сопровождается сопротивлениями, которые необходимо вновь и вновь преодолевать интерпретациями, добиваясь появления у пациента понимания его проблемы.

### 3.8. Оценки психоанализа

Психоанализ – это целая эпоха в истории нашего общества. Он оказал огромное влияние на развитие психологии, психотерапии, психиатрии, а также на жизнь общества в целом, особенно на культуру, искусство, гуманитарные дисциплины. Психоанализ породил огромное количество критики: до сих пор его представляют как суеверие XX в., а приверженцы теории психоанализа организуют новые исследования для опровержения этого мнения. Многие из критики устарело потому, что Фрейд постоянно развивал свое учение. История показала, что *многие критики и даже последователи неверно понимали и интерпретировали психоанализ.*

Одной из проблем, связанных с психоанализом, является *роль аналитика*: пациент должен лишь следовать за ним. Но аналитик является и наемным работником, обслуживающим интересы клиента и решающим его проблемы. Современный психоаналитик тратит силы и средства на рекламу, продвижение и поддержку своего бренда, он зависит от состоятельности пациентов. Подобные противоречия могут приводить к совершенно неадекватным взаимоотношениям между врачом и пациентом. При этом совершенно очевидно, что психоанализ не всем может помочь и не все психотерапевты эффективно работают с любым пациентом. Результаты исследований показывают, что психоаналитическая психотерапия более всего пригодна для интеллектуальных, образованных, успешных в жизни людей, невротические или психосоматические симптомы которых слабо выражены. Аналитическому процессу способствуют такие личностные черты пациента, как рефлексия, способность обращаться к самым неприятным и болезненным переживаниям, наблюдательность, чувство юмора, желание стать более счастливым и более успешным.

Еще одна проблема заключается в том, можно ли вообще назвать пациента полностью излечившимся, так как критерии излечения в психоанализе имеют субъективный характер. Некоторые исследования показали, что люди, которые проходят полный курс психоанализа, чувствуют себя немногим лучше тех, кто вообще не обращался к психоаналитику. Отсутствие четких принципов и методик работы с пациентом, а также критериев оценки эффективности этой работы не дают возможности определить реальную эффективность психоанализа как метода лечения согласно современным требованиям доказательной медицины.

До середины XX в. доводы об эффективности психоанализа опирались на описания лишь отдельных клинических случаев. В дальнейшем многочисленные работы подтвердили: исследования результатов психоаналитической психотерапии – это одна из тех областей, где полученные данные допускают *множественное толкование*, обусловленное методом сбора материала и понятиями, посредством которых данные интерпретируются. Сравнительные исследования разных авторов показали, что результат многочисленных разновидностей лечения психоанализом приблизительно одинаков (Т. Лихи, К. С. Холл, Л. Гарднер, Л. Хьелл, Д. Зиглер, Д. П. Шульц, С. Э. Шульц и др.).

Психоанализ и сейчас имеет высокий статус в современном мире. Работы Фрейда привлекают красочным языком, некоторые из них очень понятны, даже не специалисту. Привлекает и тематика его исследований: сексуальность, агрессивность, деструктивность, творчество и др. Многие описанные в них проблемы актуальны в современной психологии: защитные механизмы, структура личности и стадии ее развития. Признана роль бессознательных процессов.

Мы не можем пока дать всестороннюю оценку психоанализу Фрейда. Необходим скрупулезный и максимально непредвзятый анализ его работ, но это невозможно из-за неполной информации: не все работы переведены, переводы не всегда точны, часть архивов до сих пор закрыта. Неоспоримая значимость его работ для психологии связана с раскрытием важных аспектов психики человека. Как уже отмечалось, история психологии – это и личные истории ученых, их достижения и заблуждения. Поэтому биография и учения Фрейда до сих пор значимы для науки и культуры и являются источником вдохновения, критики и основой для построения новых психологических концепций.

Как отмечал Ю. И. Новожинов, «вся жизнь Зигмунда Фрейда является прекрасным примером действия открытого им принципа сублимации повышенной сексуальности человека в творчество создания культуры. Он не только открыл подсознание у человека, но и заставил работать на благо науки, используя его гносеологические возможности. Наследие Фрейда можно рассматривать как итог его подсознательного мышления, которое он не только извлек из своего психического мира, но и оставил на суд всего человечества»<sup>1</sup>.

Историк психологии Э. Боринг писал: «Вряд ли кому в течение, по крайней мере, последующих трех столетий удастся написать историю психологии без упоминания имени Фрейда. А это и есть подлинный критерий величия: посмертная слава»<sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> Новожинов Ю. И. Указ. соч. С. 85.

<sup>2</sup> Цит. по: Шульц Д. П., Шульц С. Э. Указ. соч. С. 431.

## Глава 4. ПСИХОАНАЛИТИЧЕСКОЕ ДВИЖЕНИЕ

К психоаналитическому движению относят исследователей, разделяющих идеи Фрейда. Наиболее известные последователи З. Фрейда, разошедшиеся с ним во взглядах и создавшие свои теории, – **Альфред Адлер** (Alfred Adler, 1870–1937), **Карл Густав Юнг** (Carl Gustav Jung, 1875–1961), **Карен Хорни** (Karen Horney, 1885–1952). Все они были вполне ортодоксальными фрейдистами, но со временем заявили о несогласии с тем, что Фрейд придавал чрезмерное значение сексуальности и агрессии. Идеи Фрейда дают основу для развития *индивидуальной психологии А. Адлера, аналитической психологии К. Юнга, учению о невротической личности К. Хорни.*

Продолжила идеи Фрейда с новых позиций его дочь – **Анна Фрейд** (Anna Freud 1895–1982), которая стала психоаналитиком. Анна посвятила жизнь лечению детей с эмоциональными расстройствами при помощи психоанализа и первая занималась психоанализом с детьми («Введение в технику детского анализа», 1927). Она считала, что психическая жизнь ребенка развивается по иным психическим законам, чем у взрослых. В работе «Психология Я и защитные механизмы» (1936), развивая идею о функциональности Эго, она дала подробное описание механизмов психологической защиты, выявленных ее отцом, в терминах, которые используются психологами до сего дня. Объектом психоанализа становится *развитие Эго* как центра сознания. В дальнейшем «*Эго-психология*» получила довольно широкое распространение среди последователей З. Фрейда.

Многие идеи психоанализа изменились, были расширены или подверглись смещению акцентов. И именно Фрейд в свое время дал совет психоаналитикам: отыскивать новые пути для предоставления помощи тем пациентам, которым недоступен традиционный (классический) психоанализ, а также регулярно проводить ревизию и переоценку прежних взглядов. Этот совет не лучшим образом отразился на цельности психоанализа как направления психологии. Внутренние противоречия психоанализа привели к созданию различных методик и техник, новых форм индивидуальной и групповой терапии, которые отличаются друг от друга и существуют как бы автономно.

«Наследниками» психоанализа были **Гордон Виллард Олпорт** (Gordon Willard Allport, 1897–1967), изучавший *черты личности*, **Генри Алек-**

**сандр Мюррей** (Henry Alexander Murray, 1893–1988), *развивавший психологию*, **Эрик Эриксон** (Erik Erikson, 1902–1994), *автор концепции кризиса идентичности личности*, **Эрик Берн** (Eric Lennard Berne, 1910–1970), *разработавший транзактный анализ*. Необходимо отметить, что не все последователи психоанализа стремились опровергнуть систему в целом. Некоторые из них твердо держались центральных позиций, переосмысливая лишь некоторые аспекты психоанализа. Так называемые лояльные фрейдисты *пересматривали функции Эго*. В теориях Фрейда Эго зависит от Ид и подчинено ему, в новой версии психоанализа Эго может функционировать самостоятельно, т. е. обладает своей энергией и функциями, Эго не зависит полностью от Ид. *Неофрейдизм* придавал большее значение *социальным факторам* в развитии и формировании личности, чем биологическом. Развитие личности в современном психоанализе определяется в большей степени психосоциальными, а не психосексуальными факторами.

**Эрих Зелигманн Фромм** (Erich Seligmann Fromm, 1900–1980) *разработал «гуманистический психоанализ»*, подчеркивая роль социологических, политических, экономических, религиозных и антропологических факторов в формировании личности. Он сделал вывод, что неотъемлемой чертой человеческого существования являются *одиночество, изоляция и отчужденность*. Для каждого исторического периода характерно *прогрессивное развитие индивидуальности*. Но степень автономии и свободы выбора достигнута ценой утраты чувства полной безопасности и появления ощущения личной незначимости.

В работе «Бегство от свободы» (1941) он пишет: «Свобода принесла человеку независимость и рациональность его существования, но в то же время изолировала его, пробудила в нем чувство бессилия и тревоги. Эта изоляция непереносима, и человек оказывается перед выбором: либо избавиться от свободы с помощью новой зависимости, нового подчинения, либо дорасти до полной реализации позитивной свободы, основанной на неповторимости и индивидуальности каждого»<sup>1</sup>.

Фромм рассматривал проблемы *власти и свободы, авторитаризма и деструктивности, адаптации человека к социуму*, а также *механизмы социальной адаптации*. В его работах получили развитие идеи Фрейда и Райха о *социальных типах характера*. Он утверждал, что необходимы социальные и экономические изменения общества для создания необходи-

---

<sup>1</sup> Фромм Э. Догмат о Христе. М., 1998. С. 177–178.

мых условий, чтобы удовлетворялись и индивидуальные потребности человека, и общественные. Несмотря на огромные социальные изменения, происшедшие с момента написания работы, идеи Фромма актуальны в социальной психологии. К ним регулярно обращаются философы, социологи, политологи и общественные деятели. Популярны работы Фромма и среди простых читателей.

#### 4.1. К. Г. Юнг и аналитическая психология

К. Г. Юнг разработал сложную теорию психологии, которая охватывает широкий круг человеческих мыслей и поведения. Юнгианский анализ человеческой природы включает исследования восточных религий, алхимии, парапсихологии, мифологии, этнографии и т. п. Он оказал очень большое влияние на философов, писателей, фольклористов. Юнг писал в автобиографии: «Моя жизнь – это самореализация бессознательного! Все, что есть в бессознательном, стремится реализоваться, и человеческая личность хочет развиваться из своих бессознательных источников, ощущая себя как единое целое»<sup>1</sup>.

Основные идеи Юнга связаны с изучением человеческих достижений – индивидуацией человека. *Индивидуация – это установление связей между Эго – центром сознания и самостью – центром души в целом, объединение сознательного и бессознательного.* Индивидуация – это развитие индивидуальной личности, ее психологическое развитие в обществе. Она в определенной степени противоположна коллективным нормам, так как индивидуум должен выделиться из общего и дифференцироваться, т. е. развивать отличия. Социальные нормы нужны человеку для ориентирования в своем отношении к обществу и установления связей<sup>2</sup>.

Для Юнга сознание и бессознательное находятся в постоянном взаимодействии, это не две отдельные системы. Юнгианская психология – уравнивание бессознательных и сознательных процессов и улучшение динамического взаимодействия между ними (Л. Гарднер, Д. Фейдмен, Р. Фрейджер, К. С. Холл, Д. П. Шульц, С. Э. Шульц).

С детства Юнг был глубоко погружен в религию и духовные вопросы. В своей автобиографии «Воспоминания, сновидения, размышления» (1961) он вспоминает несколько сильных детских переживаний, которые

---

<sup>1</sup> Юнг К. Г. Воспоминания, сновидения, размышления. Киев, 1994. С. 16.

<sup>2</sup> Юнг К. Г. Аналитическая психология. М., 1996.

повлияли на его отношение к религии, поэтому он отделяется от благочестия отца и родственников, осознав, что, принимая на веру церковные условия, традиции, запреты, люди не живут реальной жизнью. При поступлении в университет Юнг выбрал медицину как компромисс между естественными и гуманитарными науками. Его привлекла психиатрия, он интересовался также парапсихическими феноменами.

В 1904 г. Юнг организовал экспериментальную лабораторию в психиатрической клинике, где разрабатывал *ассоциативный тест*. По этой методике испытуемый отвечает приходящими ему в голову словами на стандартный список слов-стимулов. Любая необычная задержка между стимулом и ответом является индикатором эмоционального стресса, каким-то образом связанного со словом-стимулом. Юнг становится мастером интерпретаций психологического значения возникших в тесте ассоциаций. «В своих ассоциативных тестах я часто встречался с реакциями такого рода: пациент не мог найти ответ на то или иное стимулирующее слово или медлил более обычного. Затем было установлено, что такие аномалии проявляются всякий раз, когда стимулирующие слова затрагивают некие болезненные или конфликтные психические зоны. В большинстве случаев пациенты не осознавали этого и на мой вопрос о причине затруднений отвечали довольно странным и неестественным образом. Читая фрейдовское “Толкование сновидений”, я обнаружил, что здесь срабатывает механизм вытеснения и что наблюдаемые мной факты вполне согласуются с его теорией. Таким образом я смог бы подкрепить фрейдовскую аргументацию.

Иначе обстояло с тем, что же собственно вытеснялось. Он [Фрейд] видел причины вытеснения в сексуальных травмах, и ни в чем больше. В моей практике, однако, были многочисленные случаи неврозов, в которых вопросы секса играли далеко не главную роль, на передний план выходили другие факторы, как то: проблемы социальной адаптации, подавленность в силу трагических обстоятельств, соображения престижа и т. п. Впоследствии я познакомил Фрейда с этими случаями, но он предпочитал не замечать никаких иных причин, кроме сексуальных. Я же считал это недопустимым»<sup>1</sup>.

Идеи Фрейда оказали сильное влияние на мышление Юнга. Работы Фрейда вызывают интерес Юнга к психоанализу, и в дальнейшем начинается их сотрудничество. Фрейд даже начал считать Юнга своим логиче-

---

<sup>1</sup> Юнг К. Г. Воспоминания, сновидения, размышления. С. 152–153.

ским последователем. Но постепенно расхождения во взглядах приводят к разрыву, который они оба болезненно переживали: Юнг не признавал, что причинами вытеснения являются сексуальные травмы, а Фрейд не одобрял интереса Юнга к мифологическим, духовным и оккультным феноменам. «Более всего меня настораживало отношение Фреда к проблеме духа. Везде, где находила свое выражение духовность – будь то человек или произведение искусства, – Фрейд моментально подозревал подавленную сексуальность. То, что невозможно было объяснить непосредственно через сексуальность, он называл “психосексуальностью”. Я пытался возразить ему, что если эту гипотезу довести до ее логического конца, то вся человеческая культура предстанет не более чем фарсом, нездоровым последствием подавленной сексуальности. “Да, – соглашался он, – так оно и есть, это какое-то роковое проклятие, против которого мы бессильны”. Я не был готов согласиться с этим, и еще менее готов был с этим смириться. Но я тогда еще не чувствовал себя достойным оппонентом Фрейда»<sup>1</sup>.

Разрыв произошел после публикации Юнгом работы «Символы трансформации» (1912), в которой он рассматривал либидо как обобщенную психическую энергию, а не чисто сексуальную. «Безусловно Фрейд необычайно близко к сердцу принимал все, что касалось его сексуальной теории... Я все еще живо помню, как Фрейд сказал мне: “Мой дорогой Юнг, обещайте мне, что вы никогда не откажетесь от сексуальной теории. Это превыше всего. Видите ли, мы должны сделать из нее догму, неприступный бастион”. Он сказал мне это со страстью, тоном отца, говорящего: “Мой дорогой сын, ты должен пообещать мне одну вещь: ты будешь ходить в церковь каждое воскресенье”. В некотором изумлении я спросил его: “Бастион – против кого?”. “Против потока черной грязи, – мгновение он колебался, затем добавил, – оккультизма”. И это напугало меня – эти слова “бастион” и “догма”, – ведь догма – неоспоримое знание, такое, которое устанавливается раз и навсегда и не допускает сомнений. Но это уже не имеет ничего общего с наукой, это просто личный диктат... Под “оккультизмом” Фрейд кажется подразумевал абсолютно все, что философия, религия и возникшая уже в наши дни парапсихология знали о человеческой психике. Для меня сексуальная теория была таким же “оккультизмом”, т. е. не более чем недоказанной гипотезой, как всякое спекулятивное построение. Научная истина в моем разумении – это

---

<sup>1</sup> Юнг К. Г. Воспоминания, сновидения, размышления. С. 155.



гипотеза, которая довлеет сегодняшнему дню, и которая не предполагает остаться неизменной на все времена»<sup>1</sup>.

Юнг твердо отстаивал свои убеждения, развивая теорию бессознательных процессов и анализ символизма сновидений. Он приходит к выводу, что процедура анализа символизма его пациентов может быть применима к анализу других форм символизма, т. е. интерпретации сказок, мифов, религиозных символов и искусства. Бессознательное выражает себя в символах. Чем ближе символ к бессознательному материалу, организованному вокруг архетипа, тем более сильный эмоционально заряженный ответ он вызывает. Юнга больше интересовали «естественные» символы, которые спонтанно порождаются индивидуальной душой, в отличие от символов и образов, которые создаются в искусстве. Он обращал внимание на символику сновидений и фантазий, в которых часто присутствовали коллективные символы – религиозные образы: крест, шестиконечная звезда Давида, буддийское колесо жизни и др.

Символические термины и образы репрезентируют представления, которые мы не можем ясно определить или полностью понять. По Юнгу, знак замещает что-то другое, неконкретное. Символы есть что-то «само в себе, динамическое, нечто живое». Символ – это психическая ситуация индивидуума. Символом может быть слово, имя, картина, которые содержат вдобавок нечто специфическое, дополнительное сверх обычного значения. Это нечто неизвестное, спрятанное от нас. Символ – это более широкий бессознательный аспект, который никогда не может быть более точно или более полно объяснен.

Сны, по мнению Юнга, – наиболее важное соединительное звено между сознательными и бессознательными процессами. Символы сновидений обычно содержат так много «психической энергии», что мы чувствуем себя вынужденными обращать на них внимание. Сны играют компенсаторную роль, помогают уравновешивать разнообразные отвлекающие влияния, которым мы подвержены в реальной жизни. Основные функции снов – постараться восстановить наше психическое равновесие посредством создания материала сновидения, который таким образом устанавливает общий душевный баланс<sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> Юнг К. Г. Воспоминания, сновидения, размышления. С. 155.

<sup>2</sup> Там же.

Интерес к фундаментальным психологическим процессам приводит Юнга к изучению археологии, мифологии, древних западных традиций, алхимии, исследованию неевропейских культур. Он выявил связи между античной мифологией и психологией примитивных народов. Эти его идеи нашли отражение в работе «Метаморфозы и символы либидо» (1912).

## 4.2. Основные представления аналитической психологии

Юнг изучал позитивный рост личности и ее индивидуацию. Бессознательное, по Юнгу, согласуется с бессознательным в психоаналитической теории Фрейда: это забытые воспоминания, вытесненный опыт, подпороговые ощущения. Но Юнг вносит изменение в структуру бессознательного, формулируя понятие *коллективного бессознательного*. Это вне-личное, или сверх-личное бессознательное. Его содержание универсально и не коренится в нашем личном опыте. Это понятие более всего отличает Юнга от Фрейда и является, может быть, наиболее важным вкладом в психологию.

Исследуя мифы и символы, Юнг развивал *теорию индивидуации*, или личностного развития в процессе интеграции сознательного и бессознательного. В культуре Востока описания духовного роста, внутреннего психологического развития довольно близки процессу индивидуации у западных пациентов. Но существует и значительная разница между западными и восточными путями индивидуации, так как отличаются социальные и культурные обстоятельства. На Востоке желательны внутреннее развитие и озарение, существуют различные техники, практики, способы (например, йога, которая превратилась в фиксированную систему и стала методом духовных упражнений). Юнг считал, что восточные индивидуации – йога, буддизм и пр. не подходят для западных людей. Культурный контекст и отношения, связанные с этими практиками, во многом чужды тем, кто вырос на Западе.

Значительное влияние на Юнга оказали представления о *мандале*. «Мандала» означает «круг» или «круговой рисунок». «Она есть самодостаточность, внутренняя цельность, которая стремится к гармонии и не терпит самообмана»<sup>1</sup>. Мандала используется в медицине или духовных практиках, в ходе которых люди спонтанно визуализируют мандалу. Для Юнга мандала символизирует процесс индивидуации. Когда люди развиваются, она

---

<sup>1</sup> Юнг К. Г. Воспоминания, сновидения, размышления. С. 197.

появляется в рисунках. Центр рисунка – *самость*, заменяющая ограниченное Эго, которое, по теории Фрейда, есть центр личности. Круговая диаграмма означает равновесие и порядок, развивающиеся в душе по мере движения процесса индивидуации. «Цель психического развития – самодостаточность. Не существует линейной эволюции, есть некая замкнутая самость»<sup>1</sup>. Индивидуализация – *становление единым*, т. е. становление собой. Человек должен быть собой, найти собственную индивидуальность, центр своей личности, объединение и сознательного и бессознательного.

Из юнгианских понятий наиболее широкое распространение получили *экстраверсия* и *интроверсия*. В работе «Психологические типы», по мнению Юнга, «индивидуум адаптируется и ориентируется главным образом посредством наиболее развитой у него функции. Первые я бы назвал *типами установки (attitude-types)*, различаемыми по направлению их интереса, или по движению либидо: последние я бы назвал *типами функции (function-types)*... Типы установки... различаются своим отношением к объекту. У интроверта отношение к нему абстрагирующее, по существу интроверт всегда стремится отвести либидо от объекта, как если бы ему надо было помешать объекту возыметь над ним власть. Экстраверт, напротив, положительно относится к объекту. Он соглашается с его важностью до такой степени, что его субъективная установка постоянно связывается с объектом и выверяется по нему»<sup>2</sup>.

Энергия экстравертов направлена к внешнему миру, интровертов – к их внутреннему миру. Юнг сравнивает эти два процесса с ритмом работы сердца – цикл сжатия – интроверсия, расширение – экстраверсия. Однако никто не является чистым экстравертом или интровертом. Каждый индивидуум более склонен к одной из этих ориентаций и действует преимущественно в ее рамках. Ни одна не лучше другой, в идеале следует быть пластичным, уметь принимать любую из двух ориентаций там, где она больше подходит, действовать с точки зрения их равновесия, не создавая фиксированного реагирования. Юнг указывал: «Своеобразная натура экстраверта постоянно побуждает его растрачивать и распространять себя во всех отношениях, тогда как тенденция интроверта – защищать себя от всех требований извне, сберегать свою энергию, отводя ее от объектов и тем самым укреплять свое собственное положение»<sup>3</sup>.

---

<sup>1</sup> Юнг К. Г. Воспоминания, сновидения, размышления. С. 198.

<sup>2</sup> Юнг К. Г. Сознание и бессознательное: сборник: пер. с англ. СПб., 1997. С. 189.

<sup>3</sup> Там же. С. 191.

Интроверты интересуются собственным миром: мыслями, чувствами. Для них является опасностью сильная погруженность в свой мир, потеря контакта с внешним окружением.

Экстраверты стремятся быть более социальными, лучше осознают, что происходит вокруг. Для них опасно слишком сильное вовлечение во внешнее и отчуждение от своих внутренних процессов, потеря себя, своих интересов. Некоторые индивидуумы слишком заняты идеями других вместо развития собственных. Типические установки в отношении объекта представляют процесс адаптации.

### 4.3. Психологические функции

Юнг выделяет *четыре основных психологических функции: мышление, чувство, ощущение, интуицию*, которые осуществляются интровертированным или экстравертированным образом. Все функции – это формы психической деятельности, способы получения информации.

Мышление и чувство – альтернативные способы формирования суждений и принятия решений. Мышление занято истинностью суждения, основанного на внешних логичных и объективных критериях. Мышление позволяет всю информацию выстроить в определенную систему, описать ее связи. Чувство отвечает за принятие решений, основанных на ценностных суждениях, в смысле принятия или отвержения: плохо – хорошо, правильно – неправильно, красиво – некрасиво и т. п. В отличие от логического мышления, чувство ориентировано на эмоциональные аспекты опыта и предпочитает сильные, интенсивные эмоции (даже негативные) опыту. Мышление и чувство Юнг относил к *рациональным функциям*, так как на их основе формируются суждения и опыт.

Ощущения основаны на непосредственном опыте, восприятии деталей, конкретных фактов с помощью наших анализаторов (органов чувств). Интуиция – обработка информации с точки зрения прошлого опыта, будущих целей и бессознательных процессов. Интуиция передает субъекту восприятие бессознательным путем. Для интуитивных типов то, что может случиться, возможно, важнее, чем непосредственный опыт. Они часто связывают значение и восприятие столь быстро, что не могут отделить интеграции от данных, полученных с помощью органов чувств. Интуиция – это быстрая обработка информации, осуществляемая при наличии связи про-

шлого опыта, бессознательного и непосредственных данных. Ощущения и интуиция – *иррациональные функции*, так как они просто регистрируют информацию, не анализируя ее.

К сожалению, у человека эти функции развиваются не в одинаковой степени. Одна функция доминирует, а еще одна относительно развитая является дополнительной. Остальные две чаще бессознательны и менее эффективны. Чем более развиты доминирующая и дополнительная функции, тем более бессознательными являются противоположные им функции. Юнг отмечает, что основная и дополнительная функции не являются противоположными. «Так, например, наряду с мышлением в качестве второй функции никогда не может выступить чувство, ибо его сущность слишком противоположна мышлению. Мышление должно тщательно исключать чувство, если только оно желает быть настоящим, верным своему принципу мышлением. Это, конечно, не исключает существование индивидов, у которых мышление и чувство стоят на одинаковой высоте, причем и то, и другое имеет одинаковую сознательную силу мотивации. Но в таком случае речь идет не о дифференцированном типе, а о сравнительно неразвитом мышлении и чувстве. Равномерная сознательность и бессознательность функций есть, следовательно, признак примитивного состояния духа»<sup>1</sup>.

Таким образом, мышление как главная функция может сочетаться с интуицией и ощущением как дополнительными функциями (вспомогательными), но не с противоположной – чувством. И наоборот, чувство как главная функция сочетается с интуицией и ощущением, интуиция сочетается с мышлением и чувством, а ощущение – с чувством и мышлением.

Две другие – подчиненные функции, и они менее развиты. Юнг указывает: социальные требования приводят к тому, что человек развивает больше ту функцию, которой он наиболее одарен от природы и которая дает ему возможность достижения успеха. В нормальном состоянии подчиненные функции более-менее осознанны, но при неврозе они погружаются в бессознательное.

На основе смещения этих функций возникают разные типы. Сочетание психологических функций формирует целостный уравновешенный подход к миру. Каждый человек наделен всеми функциями. Любая функция может быть ведущей, следовательно, различают четыре типа индивидуумов: мыслящий,

---

<sup>1</sup> Юнг К. Г. Психологические типы. М., 1996. С. 493.

чувствующий, ощущающий и интуитивный. Две Эго-ориентации (экстраверсия и интроверсия) и четыре психологические функции образуют восемь разных типов личности, например, экстравертный мыслительный тип, интровертный интуитивный тип и т. п. Наш функциональный тип показывает относительно сильные и относительно слабые места в нашем функционировании, стиль деятельности, который мы предпочитаем. Юнговская типология полезна в общении с другими людьми, при понимании их, выявлении своих слабых мест. Она позволяет познать типологию социальных отношений, различия в восприятии и понимании другими окружающего мира и отличия в критериях их оценок идей, поступков и намерений.

#### 4.4. Коллективное бессознательное

Согласно представлениям Юнга, *содержание коллективного бессознательного* никогда не было в сознании, это наследственный фактор. Его содержание составляют *архетипы* – бессознательные образы самих инстинктов или модели инстинктивного поведения. «Наряду с личными бессознательными содержаниями существуют и другие содержания, возникающие не из личных приобретений, а из наследственной возможности психического функционирования вообще, именно из наследственной структуры мозга. Таковы мифологические сочетания, мотивы и образы, которые всегда могут возникнуть вновь помимо исторической традиции или миграции. Эти содержания я называю коллективно-бессознательными»<sup>1</sup>. Таким образом, коллективное бессознательное находится в основе индивидуальной психики. Юнг отмечает, что «психика ребенка уже хранит структуру, определяющую и каналы всего дальнейшего развития, и способы взаимодействия со средой. Эта базовая структура является, по существу, одинаковой у всех детей. Хотя мы развиваемся по-разному и становимся уникальными индивидами, коллективное бессознательное является общим для всех людей и, следовательно, едино»<sup>2</sup>.

В работе «Понятие коллективного бессознательного» Юнг отмечает, что мы не отрицаем влияния инстинктов на человеческую деятельность, т. е. существуют врожденные формы, которые влияют на восприятие, мышление, воображение и т. п. Поэтому он поставил вопрос: существуют ли

---

<sup>1</sup> Юнг К. Г. Психологические типы. М., 1996. С. 505.

<sup>2</sup> Цит. по: Фрейдджер Р., Фейдимен Д. Личность: теории, эксперименты, упражнения. СПб., 2001. С. 88.

бессознательные универсальные формы? А если они существуют, то существует коллективное бессознательное, но диагностировать его – нелегкая задача. Коллективное бессознательное более похоже на атмосферу, в которой мы живем, чем на что-либо, найденное внутри нас, это просто неизвестное качество мира. Оно, как воздух, который одинаков повсюду и которым дышат все, но который не принадлежит никому. Коллективное бессознательное внечеловечно и нуждается в человеческом уме, чтобы функционировать на пользу человеческим целям, оно всегда стремится к своим коллективным целям и никогда – к целям вашей индивидуальной судьбы. Ваша судьба – результат сотрудничества между сознанием и бессознательным<sup>1</sup>.

Коллективное бессознательное неизвестно индивиду, оно содержит опыт всех поколений, включая и животных предков, это универсальный эволюционный опыт, который составляет основу личности. В патологических случаях оно может перекрывать Эго и личное бессознательное. Мы наследуем возможность повторного проживания опыта предшествующих поколений (К. С. Холл, Л. Гарднер).

#### 4.5. Архетипы

«Архетипов ровно столько, сколько есть типичных жизненных ситуаций. Бесконечное повторение запечатлело это опыт в нашей психической конституции, но не в форме заполненных содержанием образов, а лишь в виде *форм без содержания*, представляющих только возможность определенного восприятия действия. Когда встречается соответствующая данному архетипу ситуация, этот архетип активируется, – и тогда появляется компульсивность, которая, подобно инстинктивному влечению, добивается своего вопреки разуму и воле. А то и вообще приводит к конфликту патологических размеров, т. е. к неврозу»<sup>2</sup>.

В коллективном бессознательном содержатся *первичные образы – архетипы*, которые организуют и канализируют психологический материал. Они предрасполагают людей воспринимать, переживать события и реагировать на них определенным образом. Архетипы часто отражаются в сновидениях, встречаются в культуре в виде символов (литература, живопись, религии). Человек наследует первичные образы от своего родового прошлого. Символы, характерные для разных культур, бывают очень похожи, потому что имеют основой общие для всего человечества архетипы. Юнг

---

<sup>1</sup> Юнг К. Г. Сознание и бессознательное. С. 76–77.

<sup>2</sup> Там же.

отмечает, что в разные периоды у разных народов появляются одинаковые образы в народных сказках, легендах, мифах, а также в снах и фантазиях многих индивидуумов. Идеи архетипов и исследования мифологии широко используют многие ученые (Дж. Кэмпбелл, Л. Леви Брюль, А. М. Лобок, Ю. Новожженов и др.).

Архетипы обычно связаны с такими важнейшими моментами жизни человека, как рождение и смерть, основными жизненными этапами, отношением к опасности, тревоге и т. п. Схожесть архетипов в разных культурах в разные исторические периоды укрепила идею Юнга о коллективном бессознательном. *Примеры архетипов:* Бог, герой, мать, отец, воин, женщина, волшебник, мужчина, мудрец, божественный ребенок и т. д. Архетип – это не мифологический образ, а тенденция к формированию представлений о ситуации, человеке, мире.

#### 4.6. Структура личности по Юнгу

Структура личности в теории Юнга включает две базовые подструктуры: *сознание и бессознательное*, но это не двумерное представление.

*Сознание содержит Эго* (центр сознания) и *персону*. Эго – это центральный архетип, который создает ощущение последовательности и направленности в нашей жизни. Оно убеждает, что мы должны сознательно планировать и анализировать наш опыт, в нем нет бессознательных элементов, только сознательное содержание, сформированное в ходе личного опыта. *Персона* – наше публичное лицо, то, какими мы представляем себя миру. Посредством персоны мы относимся к другим, она включает наши социальные роли, индивидуальный стиль. Персона – прекрасное орудие коммуникации. Юнг называет персону «согласованным архетипом», она защищает психику от разных социальных воздействий. Но доминирующая персона может подавить, заглушить индивидуальность, так как человек видит себя только с точки зрения своих внешних ролей. Символами персоны служат одежда (вуали, покрывала); инструменты нашей деятельности (орудия труда, портфели, гаджеты); символы статуса, имиджа – автомобиль, дом, диплом, сертификат и т. п. Эти символы появляются в сновидениях – презентация персоны (нарядная или открытая одежда и т. д.).

*Бессознательное содержит такие архетипы, как тень, анима и анимус, самость.* Тень – центр личного бессознательного – тенденции, желания, воспоминания, переживания, которые отрицаются индивидом как несовместимые с его персоной или противоречащие социальным стандартам



и идеалам. Содержание тени противоположено сознанию – это всегда вытесняемый материал. Архетип тени содержит все негативное, а также неразвитые позитивные и негативные черты. Тень становится опасной, если ее не признавать: в этом случае индивидуум проецирует свои нежелательные качества на других, не сознавая этого.

Тень во снах проявляется как некая фигура, наделенная более низким статусом, она темная, примитивная, враждебная, отталкивающая. Если тень допускается в сознание, то опасения становятся не столь сильными. Тень – наша составная часть, ее нельзя ликвидировать; человек без тени не может быть полным индивидуумом. Каждая вытесняемая часть – это частица нас, и, вытесняя ее, мы ограничиваем себя. Когда тень становится осознаваемой, то мы возрождаем ранее вытесненные части нас самих. Тень – это не негативная сила, это инстинкты, спонтанность, жизненность, источник нашего творчества. Тень с нами всю жизнь; чтобы иметь с ней дело, надо постоянно вглядываться в себя, честно сознавать, что она существует. Архетипы тени – это образы врага, дьявола, искушителя и т. п.

*Анима и анимус* – основные психические структуры, которые фокусируют весь психологический материал, связанный с представлениями о *врожденной андрогинности* людей. То есть анимус женщины объединяет тенденции и переживания, которые она считает в себе мужскими, или внутренний образ мужчины в женщине, ее бессознательная мужская сторона. Анима – внутренний образ женщины в мужчине, его бессознательная женская сторона. Эти представления связаны с тем биологическим фактом, что в организме мужчин и женщин вырабатываются мужские и женские гормоны и на психологическом уровне у обоих полов проявляются маскулинные и феминные характеристики.

Эти архетипы связаны опытом взаимодействия с противоположным полом. В последнее время многие мужчины до некоторой степени «феминизировались», а женщины стали более маскулинными. По представлениям Юнга, анимус и анима, как и другие архетипы, должны быть выражены гармонично, чтобы не тормозить развитие личности в направлении самореализации. И мужчина, и женщина должны выражать оба качества, иначе эти качества не развиваются и происходит односторонний рост личности.

Родитель противоположного пола оказывает главное влияние на развитие анимы и анимуса своего ребенка. Все отношения с противоположным полом находятся под влиянием фантазий этих архетипов. Мужчина чувствует природу женщины через реальность своей анимы, а женщина чувствует мужскую при-

роду через анимус. Но эти же архетипы ведут к разладу, непониманию, если архетипический образ проецируется без учета реального характера партнера.

В сновидениях архетипы проявляются как персонажи противоположного пола. Анимус и анима – источники проекций, создания образов, путь к творчеству. Юнг называл эти архетипы *образами души*, потому что они способны приводить нас в соприкосновение с бессознательным и открывать новые возможности личности.

*Самость* – центральный архетип порядка и целостности личности, ее стабильности, равновесия. Самость интегрирует все подсистемы личности, являясь центром личности. Самость глубоко бессознательна, она отражает стремление человека к целостности. Сознательное и бессознательное дополняют друг друга до целостности, которая и есть самость. Самость символически можно представить как абстрактный круг, мандалу, кристалл, камень и т. п. Юнг отмечал, что самость является жизненной целью, к которой стремятся, но редко достигают. Она мотивирует человека, особенно на религиозном пути. «Истинные религиозные переживания почти так же близки к переживанию самости, как то, к чему когда-либо смогут придти люди, а фигуры Христа и Будды – настолько отчетливые выражения архетипа самости, насколько возможно в современном мире»<sup>1</sup>.

Самость у многих людей не развита, и они не знают о ней. Уравновешенности личностных структур достичь невозможно без интеграции сознательного и бессознательного, которая начинается не ранее среднего возраста. Этот возраст Юнг рассматривал как критический рубеж, когда происходят серьезные личностные изменения. Достижение самости требует настойчивости, знаний и большого жизненного опыта. Таким образом, для Юнга наиболее важным этапом личностного развития является не детство, как у Фрейда, а средний возраст.

## 4.7. Развитие личности

Юнг рассматривал развитие личности как динамический процесс. Развитие каждого уникально, оно продолжается на протяжении всей жизни. *Индивидуация* – это динамичный и эволюционирующий процесс интеграции всех внутриличностных структур, это становление собой, или самореализация, процесс развития целостности и движение к большей свободе. Чем больше мы занимаемся самопознанием, тем больше слои личного бессознательного накладываются на коллективное бессознательное и умень-

---

<sup>1</sup> Цит. по: Холл К. С., Линдсей Г. Теории личности. М., 1999. С. 89.

шаются, происходит расширение сознания. С точки зрения Эго, развитие личности состоит в интегрировании нового материала в сознание, обретении знаний о себе и мире. С точки зрения самости, развитие личности – это единение сознания с бессознательным. Как аналитик, Юнг отмечал, что те, кто приходит к нему в первой половине жизни, мало вовлечены в процесс индивидуации, так как они заняты внешними достижениями. Индивидуумы старшего возраста в большей степени заняты интеграцией – стремлением к гармонии, целостности души.

«Индивидуация означает становление единого, цельного существа, и так как “индивидуальность” содержит в себе нашу сокровенную, совершенную и несравненную уникальность, индивидуация означает еще и ожидание нашей собственной самости. Мы, следовательно, могли бы интерпретировать индивидуацию как “путь к личности” или “самореализацию”»<sup>1</sup>.

*1-й этап в процессе индивидуализации – раскрытие персоны.* Анализируя персону, мы срываем маску и обнаруживаем следующее: то, что казалось индивидуальным, оказывается коллективным. Персона нереальна, она – компромисс между индивидуумом и обществом относительно того, каким человек должен быть.

*2-й этап – встреча с тенью.* В той мере, в которой мы признаем реальность тени и отличие от ее себя, мы можем освободиться от ее влияния и ассимилировать ценный материал личного бессознательного, который организован вокруг тени.

*3-й этап – встреча с анимой и анимусом.* Юнг говорил: рассматривайте аниму и анимус как личность, разговаривайте с ней, чтобы увидеть, что это такое. У этих архетипов можно многому учиться.

*4-й этап процесса индивидуализации – развитие самости.* Самость – наша жизненная цель. Самость становится центром личности и интегрирует сознательный и бессознательный материал. Это описание индивидуализации по этапам. Но процесс на самом деле сложнее, так как этапы пересекаются, человек постоянно возвращается к старым проблемам и вопросам – уже на другом уровне. *Индивидуация* – спираль: человек сталкивается с фундаментальными вопросами каждый раз в более тонкой форме.

Психотерапия, по мнению Юнга, – это объединенные усилия анализирующего и анализируемого. Аналитик должен быть открыт для взаимодействия и изменения в ходе терапии, при этом нельзя выучить несколько рецептов и применять их. Надо исходить из понимания пациента как пси-

---

<sup>1</sup> Фрейдджер Р., Фейдимен Д. Указ. соч. С. 101.

хически целостного человека. Юнг пытался избегать опоры на теорию и специальные техники. Целью терапии является установление доверительных отношений, а не попытка «чинить части его души».

Он выделял две стадии терапевтического процесса, каждая из которых, в свою очередь, также включает две стадии:

*1-я стадия – аналитическая:* 1) «исповедь», раскрытие материала бессознательного; 2) разъяснение, толкование рассказанного материала. Пациент становится более осведомленным, на этой стадии он зависит от терапевта.

*2-я стадия – синтетическая:* 1) обучение – новый опыт, формирование новых привычек; 2) трансформация – стадия самообучения. Это одна из стадий индивидуации, индивидуум принимает ответственность за свое развитие, становится независимым от терапевта.

#### **4.8. Общая оценка учения К. Г. Юнга**

Юнга часто критиковали за отсутствие связной, ясной структурной системы. Одни и те же понятия в разное время он употребляет и объясняет по-разному. Трудности изложения Юнг признавал, но не считал это недостатком. Без сложного стиля невозможно описать сложные психические явления. Юнг создавал открытую систему, которая воспринимает новую информацию. Он никогда не считал, что владеет истиной, а новая информация обязательно подтвердит его теории.

Много критиковали Юнга за мистицизм, его интерес к религии, алхимии, духовности. Но он подходил к этим проблемам как исследователь, а не как фанатик или последователь этих идей. Системы верований, по убеждению Юнга, это существенные выражения человеческих идеалов и стремлений, это те данные, которые нельзя игнорировать, если необходим полный анализ человеческой мысли и поведения. Юнг отмечал, что религиозные верования связаны с психическим здоровьем личности, поэтому вопросы религиозности людей актуальны и до сих пор.

Юнг обладал глубокими знаниями в области символизма. Он признавал важность символов в культуре человечества и необходимость анализа и интерпретации их в процессе терапии. Значителен вклад Юнга в анализ сновидений.

Некоторые авторы отмечают, что научные произведения Юнга трудно понимать из-за сложности мышления, но это вызывает интерес и профессионалов, и любителей психологии и философии. Его мышление бога-

то, широко, подобное трудно найти в истории психологии (Л. Гарднер, Д. Фейдимен, Р. Фрейджер, К. С. Холл, Д. П. Шульц, С. Э. Шульц и др.).

Практика юнгианского анализа продолжает развиваться. На основе учения Юнга о психологических типах созданы тесты, которые широко используются в бизнесе и образовании, развивается *соционика*.

Авторство соционики принадлежит литовскому экономисту Аушре Аугустинавичюте. В работе «О дуальной природе человека» (1980) она изложила свои идеи, опираясь на понятие психических функций Юнга. В соционике она модифицировала и развила его идеи о психологических типах личности, обосновала существование определенных вариантов «информационного обмена» между людьми в зависимости от *социотипа*. Ею было дано описание 16 таких типов, представлены их возможности, ограничения и интERTипные отношения. Прикладное значение этого направления связано с оценкой личности своих возможностей (правильно определить свой тип) для дальнейшего развития и нахождения наиболее адекватных способов взаимоотношений в профессиональной деятельности и в межличностных коммуникациях.

Соционика развивалась в Советском Союзе, но не признавалась в качестве психологической практики (В. В. Гуленко, Е. А. Удалова и др.). Сейчас в России существуют программы обучения *соционическому типированию* с целью оценки индивидуально-психологических качеств человека и использования полученных знаний в собственной профессиональной деятельности, в педагогическом процессе, в сфере управления, командообразовании, психологическом консультировании и т. д.

Статус соционики не определен до сих пор, ее то признают прикладным направлением психологии личности, то называют псевдонаукой. Соционику сравнивают с типологией И. Майерс-Бриггс. Р. Фрейджер, Д. Фейдимен отмечают, что тест на тип личности Майерс-Бриггс (Myers-Briggs Type Indicator), основанный на юнгианской типологии, стал самым популярным тестом в мире. Каждый человек анализируется по показателям интроверсии-экстраверсии, мышления-чувств, интуиции-ощущений, а также восприятия-мнений (последняя шкала добавлена последователями Юнга).

Чтобы объединить данные духовного опыта, Юнг рассматривал весь спектр человеческой мысли и поведения. Популярность и влияние его идей постоянно растут. Огромный исследовательский материал Юнга для многих ученых и писателей является источником рефлексии и вдохновения.

## Глава 5. ПСИХОСОМАТИКА В. РАЙХА

**Вильгельм Райх** (Wilhelm Reich, 1897–1957) – *основатель психосоматики и телесно-ориентированной теории*. Основу его трудов составляют идеи психоанализа о бессознательном, его защитных механизмах, которые приводят к неврозам и влияют на характер индивида. Райх также опирался на идею Фрейда о вытеснении сексуальности. Он отмечал, что «телесные расстройства» долгое время никто не связывал с общей жизнью человека, душевное и телесное рассматривались как два параллельных процесса («психофизический параллелизм»). Через клиническую практику Райх пришел к необходимости изучения этих связей.

В. Райх учился в медицинской школе Венского университета, затем стал практикующим членом Венского психоаналитического общества, получил ученую степень по медицине. С 1922 г. был ассистентом Фрейда в психоаналитической клинике, с 1924 г. Райх – директор Семинара по психоаналитической терапии – *первого учебного института для психоаналитиков*. Многие аналитики проходили у него обучение. С 1927 г. Райх заинтересовался социальными переменами, начал общественно-политическую деятельность. Он хотел объединить учения Фрейда и Маркса, утверждая, «во-первых, что психоанализ – это “материалистическая наука”, которая имеет дело с реальными переживаниями и нуждами человека; во-вторых, что эта наука опирается на диалектический метод анализа и разрешения конфликтов в психике человека; и, в-третьих, что психоанализ – наука революционная в том смысле, что критику Марксом буржуазной экономики она дополняет критикой буржуазной морали, в основе которой лежит подавление сексуальности»<sup>1</sup>. Но, как и в случае с Юнгом, Фрейд не одобрил увлечения и идеи Райха, что привело к разрыву отношений.

Райх расширил фрейдовскую теорию либидо, включая в нее основные психологические и биологические процессы. В работе «Функция оргазма. Основные сексуально-экономические проблемы биологической энергии» (1947) он отмечает: «Душевные заболевания являются результатом неустроенности сексуальных отношений в обществе... Эта неустроенность, лишая человека самостоятельности, служит *закреплению в его внутреннем мире* норм механизированной и авторитарной цивилизации... Антисоци-

---

<sup>1</sup> Фрейджер Р., Фейдимен Д. Указ. соч. С. 259.

альные действия проистекают под воздействием *вторичных влечений, возникших в результате* подавления естественной жизни и противоречащих естественной сексуальности. Человек, воспитанный в духе неприятия проявлений жизни и сексуальности, приобретает страх перед удовольствием, а психологическая причина этого страха коренится в хроническом напряжении мышц»<sup>1</sup>.

Райх выявил *взаимосвязь защитных реакций со специфическими проявлениями защитных функций мускулатуры*, которые проявляются в соответствующих позах и жестах. Он обратил внимание на физические аспекты характера индивидуума, в особенности на паттерны хронических мускульных зажимов, которые он называл *мускульным (телесным) панцирем*, изучал роль запретов, в частности сексуальных, в жизни. Он указывал на патологии органов в связи с нарушением протекания энергии организма. Райх подчеркивал важность освобождения, расслабления мышечного панциря в дополнение к аналитической работе с пациентом. Он рассматривал ум и тело как единое целое.

Задачей психотерапии, по мнению Райха, является устранение этих мускульных защитных реакций при одновременном анализе психологического материала. Защитные механизмы личности нелегко искоренить, так как они хорошо рационализированы в сознании и переживаются как часть системы ее самооценки. *Сексуально-экономическая терапия* Райха направлена на создание предпосылок для осуществления естественно-природных отношений между полами и развития подлинно человеческой способности к любви. Если человек руководствуется только моралью, то возникают противоречия между его природой и требованиями общества, т. е. моральное регулирование исключает свободное течение сексуальной энергии. Сексуально-экономическое регулирование позволяет переносить сексуальную энергию на другие цели или партнеров, при этом пользуясь ее огромным запасом.

В сфере психотерапии Райх разработал технику *«вегетотерапии»*, основанную на анализе характера. Основной принцип заключается «в восстановлении биопсихической подвижности путем устранения окостенения характера и жесткости мышц («заклучения в панцирь»»). Эта техника лечения невротиков получила свое экспериментальное обоснование благодаря от-

---

<sup>1</sup> Райх В. Функция оргазма. Основные сексуально-экономические проблемы биологической энергии. СПб.; М., 1997. С. 12.

крытию *биоэлектрической природы сексуальности и страха*. Они представляют собой два противоположных направления функционирования живого организма – *расширение под действием наслаждения и сокращение под действием страха*»<sup>1</sup>.

## 5.1. Сексуальность человека

Райх много внимания уделял проблеме сексуальности человека как базовой в психоанализе. Он указывал, что многие психоаналитики не могли ответить на вопрос о естественной сексуальности человека и ее роли.

Райх считал необходимой «сексуальную революцию», потому что сексуальность влияет не только на индивидуально-личностную жизнь человека, но и на общественный прогресс в целом. Авторитарное общество подавляет естественное проявление сексуальности, искажая понимание человеческой любви. «Сексуальная революция» способна изменить буржуазные принципы морально-этического регулирования сексуальной жизни человека и раскрепостить жизненные силы человека. Понятием «моральность» Райх объяснял то, что способствует гармонии между человеком и культурой, личностью и обществом.

«Человек, воспитанный в духе неприятий проявлений жизни и сексуальности, приобретает *страх перед удовольствием*, а психологическая причина этого страха коренится в хроническом напряжении мышц. Невротическая боязнь удовольствия представляет собой основу воспроизведения самими людьми мировоззрения, включающего отрицательное отношение к проявлениям жизни и обосновывающего диктатуры. Эта боязнь является ядром страха перед самостоятельным свободным образом жизни. Она становится источником силы политических реакций всякого рода, господства отдельных личностей или групп над большинством трудящихся людей.

Этот страх *биопсихического* свойства создает основную проблему психосоматического исследования. Он был до сих пор самым большим препятствием в исследовании *непроизвольных* жизненных функций, проявление которых невротик может пережить лишь с тревогой и страхом.

Структуре характера современного человека, который продолжает традиции патриархально-авторитарной культуры, насчитывающей шесть тысяч лет, свойственно *отчуждение характера от внутренней природы и внешнего общественного убожества*. Оно является основой одиночест-

---

<sup>1</sup> Райх В. Функция оргазма. С. 14.



ва, беспомощности, болезненного желания власти, страха перед ответственностью, мистических стремлений, сексуальных бедствий, беспомощного невротического бунтарства, равно как и противоестественно болезненной терпимости. Люди враждебно отчуждены от живой жизни. Это отчуждение не биологического, а социально-экономического характера. Оно отсутствует на стадиях человечества, предшествующих развитию патриархата»<sup>1</sup>.

Райх рассматривал *удовольствие как свободное движение энергии* из сердцевины организма к периферии и во внешний мир. Он считал, что характер человека включает постоянный паттерн защит. *Тревожность* – отвлечение энергии от контакта с внешним миром и возвращение ее внутрь. *Терапия по Райху* – восстановление свободного протекания энергии через тело посредством систематического освобождения блоков мускульного панциря. Эти блоки (мышечные зажимы) исключают естественные чувствования.

В понимании проблемы лечения неврозов он вышел за рамки индивидуальной психотерапии и пытался разрешить ее социальными мерами. Так, в конце 1920-х гг. он организовал в Вене несколько «клиник сексуальной гигиены» для рабочих, которым предоставлялась информация о контроле рождаемости, воспитании детей и сексуальных проблемах. Меры, которые предлагал Райх, далеко опережали время. К их числу относятся:

1. Свободное предоставление противозачаточных средств, просвещение по вопросам контроля рождаемости.
2. Отказ от запретов на аборты.
3. Отказ от значимости законности брака, свобода развода.
4. Борьба с венерическими заболеваниями, сексуальными проблемами.
5. Обучение врачей, учителей сексуальной гигиене, широкое сексуальное просвещение.
6. Лечение, а не наказание сексуальных правонарушений.

Райх постоянно подчеркивал, что энергия, которую он изучает, по своей природе сексуальная. Он придавал большое значение развитию свободного выражения сексуальных и эмоциональных переживаний в зрелых любовных отношениях. Радикальные взгляды Райха на сексуальность привели к непониманию его учений и извращению их смысла, а также к острой критике и запрещению его исследований и публикаций (Р. Фрейджер, Д. Фейдимен).

---

<sup>1</sup> Райх В. Функция оргазма. С. 12–13.

## 5.2. Характер и мускульный панцирь

Райх писал, что *характер формируется как некая защитная структура против тревоги, связанной с сексуальными переживаниями и страхами наказания за них*. Защитные реакции направлены на подавление этих переживаний, постепенно они автоматизируются и преобразуются в устойчивые черты характера, которые и составляют систему характерного панциря индивида. Райх считал невротические черты характера неотъемлемыми частями собственной личности и рекомендовал пациентам осознавать собственные черты характера. Он отмечал, что поведение пациента (манеры, облик, речь, выражение лица, рукопожатие) не только недооценивается с точки зрения анализа, но обычно вообще не принимается во внимание. Каждой личностной позиции соответствует позиция физическая, которая выражается телесно (привычные позы, сутулость или неестественная прямизна спины, особенности походки, поверхностное дыхание и т. п.). Нужно сосредоточиться на источнике напряжения и установить, какая эмоция привела к напряжению в конкретной части тела. Лишь после того как сдерживаемая эмоция выражена, считал Райх, можно избавиться от хронического напряжения. Защитный панцирь сдерживает свободное течение энергии и препятствует выражению эмоций. Все начинается с защиты против всепоглощающей тревоги, а заканчивается формированием физической и эмоциональной «смирительной рубашки».

Хронические мышечные зажимы блокируют три основных эмоциональных состояния: тревожность, гнев и сексуальное возбуждение. Райх пришел к выводу, что мышечный и психологический панцирь – одно и то же: панцирь характера функционально связан с перенапряжением мышц, мышечным панцирем. Мышечные паттерны и черты характера служат одной и той же функции в психическом аппарате: они могут влиять друг на друга и заменять друг друга. Хронические напряжения блокируют энергетические потоки, лежащие в основе сильных эмоций, и не дают человеку переживать последние, ограничивают и искажают их выражение. Эмоции, заблокированные таким образом, никогда не устраняются, потому что не могут полностью проявиться. Неврозы Райх рассматривает как результат застоя сексуальной энергии. По его мнению, полное освобождение от заблокированной эмоции происходит только после ее глубокого переживания, оргастическая разрядка устраняет любые невротические проявления.

Райх считал, что мышечный панцирь представляет собой семь основных защитных сегментов, состоящих из мышц и органов соответствующих функций. Эти сегменты образуют семь горизонтальных колец, находящихся под прямым углом к позвоночнику. Основные сегменты панциря располагаются в области глаз, рта, шеи, груди, диафрагмы, живота и таза (они близко соотносятся с *чакрами* кундалини-йоги). Энергия оргона естественно перетекает вверх и вниз по телу, двигаясь параллельно позвоночнику. Защитные панцирные круги располагаются перпендикулярно ее течению и препятствуют ему.

*Терапия Райха связана с разрушением панциря* в каждом сегменте, от глаз до таза. С каждым сегментом работают отдельно, так как они относительно независимы. В разрушении панциря используются следующие техники:

- накопление в теле энергии посредством глубокого дыхания;
- прямое воздействие на хронически напряженные мышцы давлением, пощипыванием, разминанием и т. п.;
- сотрудничество с пациентом, обсуждение напряженности и эмоциональных ограничений.

Райх в процессе терапии имитировал жесты, позы пациентов, просил самих пациентов повторять, преувеличивать привычные штампы поведения, гримасы и улыбки и т. п., чтобы осознать характерный способ поведения и усилить мотивацию к изменению. Он проводил анализ позы пациента в деталях, чтобы тот осознал, как подавляет эмоции в различных частях тела. Предлагал усилить зажим, чтоб осознать его и «выдавить эмоцию», связанную с конкретной частью тела.

Структура характера, сформированная под влиянием моральных принципов, вынуждена постоянно компенсировать свое состояние. Человек плохо переносит сексуальное счастье других, так как видит в этом провокацию, работа для него – тягостная обязанность или средство обеспечения существования. Если человек руководствуется сексуально-экономическим саморегулированием, то сексуальность – это переживание удовольствия, а работа – радостная жизнедеятельность и созидание. Совершенствование Райх определял как процесс разрушения психологического и физического защитного панциря, процесс становления свободной и открытой человеческой личности, способной наслаждаться доставляющим полное удовлетворение оргазмом.

### 5.3. Биоэнергия и энергия оргона

Райх «обнаружил, что расслабление хронически напряженных мышц часто сопровождается странными физическими ощущениями, а именно: чувством сильного тепла или холода, покалывания, зуда и эмоционального возбуждения. На основании этих данных он сделал вывод, что подобные ощущения являются результатом движения освобожденной биологической энергии, или *биоэнергии*, которую он позднее назвал энергией *оргона*»<sup>1</sup>. Он приходит к мысли о том, что биоэнергия в живом организме есть разновидность космической энергии. Для обозначения этой энергии он объединил два слова «*организм*» и «*оргазм*» в собственном термине *энергия оргона*. Райх объяснял, что *космическая энергия оргона* действует в живом существе как особая биологическая энергия, и она управляет деятельностью всего организма, проявляется в эмоциях, биофизическом движении органов.

Райх обнаружил, что мобилизация и высвобождение биоэнергии – это важнейшие стадии в процессе сексуального возбуждения и оргазма. Этот процесс характерен для любого живого существа и состоит из четырех основных этапов:

«1. Наполнение половых органов жидкостью – механическое напряжение.

2. Последующее интенсивное возбуждение – биоэнергетический выброс.

3. Переход сексуального возбуждения в мускульные сокращения – биоэнергетический выброс.

4. Последующее физическое расслабление – механическая релаксация»<sup>2</sup>. Полноценный биоэнергетический выброс возможен только при отсутствии защитного панциря.

Райх основал *Институт оргона* для исследований энергии оргона, или жизненной энергии. В результате экспериментов он пришел к выводу, что существует фундаментальная жизненная энергия, биологическая по природе, и она лежит в основе фрейдовской концепции либидо. Исследования Райха, посвященные функционированию энергии оргона, были либо проигнорированы, либо отвергнуты большинством ученых и критиков. Его откры-

---

<sup>1</sup> Фрейджер Р., Фейдимен Д. Указ. соч. С. 260.

<sup>2</sup> Там же. С. 260.

тия противоречили целому ряду устоявшихся теорий в физике и биологии, а с точки зрения экспериментальной науки были не всегда безупречны. Но они не были опровергнуты и не подверглись рассмотрению со стороны серьезной научной критики (Р. Фрейджер, Д. Фейдимен).

#### 5.4. Общие оценки учения В. Райха

В. Райх стал основателем соматической – телесной – психологии и психотерапии, ориентированной на телесность. Значимость его учения для психологии в том, что он первым включил телесность в сферу психотерапии, объединив психическое и биологическое. В практике психоанализа он начал работать непосредственно с телом пациента. Райх отрицал разделение человеческого существа на сферы эмоций, интеллекта и тела.

Недооценены усилия В. Райха в изучении теоретических и методологических основ психологии, соотношения теории и практики. Опираясь на фрейдовские теории, Райх пытается их переосмыслить, учитывая новые реалии и запросы времени. Он отмечает необходимость рассмотрения такого вопроса, как соотношение естественнонаучных и гуманитарных оснований в психоанализе, так как психоанализ многие ученые того времени не относили к естественнонаучной психологии, он считался гуманитарным знанием. Райх пишет: «Фрейду не было дела до этих методических вопросов, и он беспечно публиковал результаты своих клинических наблюдений. Он не любил философских дискуссий, мне же, напротив, приходилось бороться против такого рода аргументов. Нас хотели причислить к духовидцам и тем самым разделаться с нами, а мы знали, что впервые в истории психологии занимаемся *естественной наукой*, и хотели, чтобы нас воспринимали всерьез. Только в тяжелой борьбе за выяснение этих вопросов с помощью дискуссий оттачивалось то острое оружие, с помощью которого я внес позже свою лепту в защиту дела Фрейда. Я думал, что если *естественной наукой* считать только экспериментальную психологию, представленную направлением Вундта и занимающуюся количественным измерением реакций, то психоанализ, поскольку он не пользуется количественными методами исследования, а только описывает и конструирует смысловые связи между оторванными друг от друга психическими явлениями, нельзя причислить к естественнонаучным методам. Но скорее так называемая *естественная наука* является ложной. Ведь Вундт со своими учениками ничего не знал о человеке в его живой реальности, оценивая человека

лишь на основе времени, которое ему необходимо потратить, чтобы ответить на слово-раздражитель “собака”. Они делают это еще и сегодня, а мы оценивали человека в зависимости от того, как ему удастся урегулировать конфликты, возникающие в жизни, в соответствии с какими мотивами он действует. Наша аргументация подразумевала необходимость конкретного постижения фрейдовского термина «*психическая энергия*» или даже включение его в общее понятие энергии»<sup>1</sup>.

Таким образом, Райх занимался *теоретическими и методологическими проблемами психоанализа*, о чем совсем нет информации в традиционных учебниках по истории психологии.

Длительная клиническая практика ставит перед аналитиками вопросы соотношения теории и терапии, и Райх отмечает: «Надлежало самым доскональным образом исследовать взаимоотношение теории и терапии, выяснить, в какой мере *развитие теории способствует терапии* и, наоборот, насколько *улучшение техники делает возможным более точные теоретические формулировки*».<sup>2</sup>

Развивая свои идеи, Райх создает *новое психотерапевтическое направление – телесно-ориентированное*, т. е. от длительных бесед и интерпретаций бессознательного материала психоаналитики переходят к более внимательному наблюдению за поведением пациента, разрабатывают методики воздействия на тело с целью решения психологических проблем. Разработанные им телесно-ориентированные техники раскрывают новые возможности психотерапевтической и психопрофилактической работы как со взрослыми, так и с детьми.

Учение Фрейда о первоначальной биологической деструкции, по мнению Райха, затрудняло решение проблемы агрессивности, которая становится все более актуальной, учитывая сложившиеся реалии (мировые войны в Европе и их последствия). Если все деструктивные явления обусловлены биологически, то возможность лечения неврозов становится проблематичной, и, соответственно, встает вопрос: зачем тогда нужна психотерапия? Райх связывал проблемы невроза с нарушением функции оргазма, т. е. нарушением протекания сексуальной энергии. Но в обществе эта тема была объявлена вне закона. Нет серьезного анализа его работ, а в нашей стране недостаточно переводов для понимания значения его идей для психологии.

---

<sup>1</sup> Райх В. Функция оргазма. С. 76–77.

<sup>2</sup> Там же. С. 52.

Темы деструктивности и агрессивности личности глубоко волновали Райха, так как эти иррациональные проявления привели к огромным бедствиям, таким как преследования евреев, фашизм, концентрационные лагеря, гигантский обман народов под флагом демократий, превратившихся в диктатуры. Он называл это душевной чумой, т. е. катастрофой, порожденной иррациональными свойствами человека. В работе «Психология масс и фашизм» (1933) он провел анализ формирования таких общественных явлений, как диктатура и фашизм.

Следует отметить и влияние идеологических установок на учение Райха. Он пишет: «Сексуальная экономика подвергалась нападкам представителей всех партийно-политических направлений. Коммунисты так же запрещали мои публикации, как фашисты. Полицейские власти столь же яростно нападали на них, выдвигая самые разные обвинения, как это делали и социалисты или буржуазные демократы. И напротив, мои взгляды находили внимание и признание во *всех* кругах и слоях населения. В особенности же открытие функции оргазма нашло согласие *всех* культурно-политических и научных групп»<sup>1</sup>. Далее он подчеркивает, что стремление людей к жизни и удовольствию нельзя обуздать. Можно устранить общественную неустроенность сексуальной жизни. Вытеснение сексуальности – процесс социально-экономический, который приводит к экономическому порабощению людей.

Несмотря на всю критику и запреты проблема сексуальности человека стала предметом изучения в разных научных областях. И, несомненно, Фрейд и Райх являются первопроходцами в этой теме. В наше время, когда сняты многие запреты и «почти все разрешено», необходимо по-новому проанализировать учения Райха, применительно к современным реалиям.

Райх ставил вопрос о воспитании детей и подростков, учитывая негативное отношение общества к сексуальности. Он обращал внимание на то, что необходимо решать вопрос о структуре характера в соответствии с общественными целями воспитания, принимая во внимание огромные социальные изменения как в семейной, так и в сексуальной жизни.

Райх формулирует *представление о единстве общественной структуры и структуры характера* (общество формирует человеческий характер, в котором воспроизводится общественная идеология). Характер человека заключен в панцирь, и человек ожидает приказов, потому что, полный

---

<sup>1</sup> Райх В. Функция оргазма. С. 15.

противоречий, он не может положиться на себя самого. В дальнейшем тема характера личности, его социальной обусловленности также становится темой психологической науки.

Разработанные Райхом методики дыхания, эмоционального раскрепощения, усиления напряжения в заблокированных областях тела легли в основу созданной его учениками *биоэнергетики*.

Ученики Райха **Александр Лоуэн** (Alexander Lowen, 1910–2008) и **Джон Пьерракос** (John Pierrakos, 1921–2001) основали биоэнергетику, когда в процессе терапии акцентировали внимание на теле пациента. Биоэнергетика рассматривает функционирование психики человека в категориях тела и энергии (В. Ю. Баскаков, В. Н. Никитин, Д. Фейдимен, Р. Фрейджер).

В раннем детстве проявляются, а затем закрепляются специфические навыки избегания боли, отчаяния и страха и способы достижения безопасности и получения любви окружающих, которые проявляются в виде хронических мышечных напряжений, блокирующих свободное течение энергии в организме. Основная задача биоэнерготерапевта – восстановить естественную спонтанность тела через систему упражнений. В результате освобождается энергия, затрачиваемая на сдерживание телесных импульсов, которая может теперь использоваться в менее стереотипных, более творческих формах приспособления и развития индивидуальности.

Особое значение имеет восстановление свободного дыхания, нарушение которого связано со страхом. Телесным выражением эмоционального здоровья являются грация движений, хороший мышечный тонус, контакт с окружающими, с почвой под ногами (в терминологии биоэнергетики «заземленность»), ясный взгляд и мягкий приятный голос. В процессе биоэнергетического анализа проводится обучение разным позам и физическим упражнениям, которые пациенту предлагают делать и дома<sup>1</sup>.

Идеи биоэнергетики развиваются, и появляются новые телесно-ориентированные техники: техника Александера (F. Mathias Alexander), метод Фельденкрайза (Moshe Feldenkrais), рольфинг (Ida Rolf), пластико-когнитивная психотерапия (В. Н. Никитин) и др.

---

<sup>1</sup> Лоуэн А. Любовь и оргазм. М., 1998; *Он же*. Терапия, которая работает с телом (Биоэнергетика). М., 2000.



## Глава 6. ГЕШТАЛЬТПСИХОЛОГИЯ

В начале XX в. в Германии возникла новая научная школа – *гештальтпсихология*. Появление ее было закономерным. Гештальтпсихология выступила с идеей реформы психологии в условиях нарастающей неудовлетворенности господствовавшими воззрениями на предмет, проблемы и объяснительные принципы психологии. Основные представители гештальтпсихологии и ее основатели – **Макс Вертгеймер** (Max Wertheimer, 1880–1943), **Вольфганг Келер** (Wolfgang Köhler, 1887–1967), **Курт Коффка** (Kurt Koffka, 1886–1941), **Курт Левин** (Kurt Zadek Lewin, 1890–1947) – работали в Берлинском университете, поэтому гештальтпсихологию называют Берлинской школой.

История гештальтпсихологии начинается с работы М. Вертгеймера «Экспериментальные исследования восприятия движения» (1912), в которой опровергалось привычное представление о наличии отдельных элементов в акте восприятия. В гештальтпсихологии получила дальнейшую разработку проблема целостности, поставленная Австрийской школой, при решении которой *гештальтпсихология создала целостный подход к изучению психики и сознания*.

Понятие «*гештальт*» (нем. *Gestalt* – целостная форма, образ, структура) ввел Христиан фон Эренфельс (Christian von Ehrenfels) – австрийский философ и психолог, ученик Ф. Brentano, в работе «О гештальт-качествах» (1890). Он ввел также понятие «*гештальт-качество*» и поставил проблему *целостности восприятия*, сформулировал представления об особом «*качестве формы*», которое влияет на восприятие элементов сложного пространственного образа.

Понятие «гештальт» используется в немецком языке чаще в двух случаях: во-первых, обозначает форму или очертание предметов, в этом смысле гештальт относится к общим свойствам; во-вторых, обозначает целостный объект, которому в качестве одного из свойств присуща особая форма или очертание. Поэтому понятие гештальта может использоваться для ссылки как на объект, так и на его специфическую форму.

Следует обратить внимание на *написание термина «гештальт» и его производных*. Так как в немецком языке существительные пишутся с заглавной буквы, то некоторые авторы сохранили это написание: Геш-

тальт (Н. М. Лебедева, Е. А. Иванова, Ф. Перлз). Термины «гештальтпсихология» и «гештальттерапия» («гештальтпсихологи» и др.) пишутся как слитно, так и через дефис. У одного автора в разных работах также встречаются различия в написании указанных терминов. «Русский орфографический словарь», «Словарь синонимов», «Большая психологическая энциклопедия» и другие справочные издания рекомендуют использовать слитное написание, поэтому пишем слитно – *гештальтпсихология*.

Главным в исследованиях психологов становится принцип целостности, в соответствии с которым организовано восприятие человека и формируются понятия и образы его сознания. Представителями данной школы были открыты законы восприятия, которые в дальнейшем назвали *законами гештальта*. Основные идеи гештальтпсихологии изложены в работах М. Вертгеймера «К учению о гештальте» (1921), «О гештальттеории» (1925); В. Келера «Интеллект человекообразных обезьян» (1917); К. Коффки «Перцепция: введение в гештальттеорию» (1922), К. Левина «Намерения, воля и потребность» (1926). В. Келлер в книге «Физические гештальты в покое и стационарном состоянии» (1920) приводит обоснования того, что физический мир, как и психологический, подчинен принципу гештальта. Дальнейшие исследования позволили открыть феномен «*фигуры и фона*» и выявить роль гештальтфакторов в сенсорном восприятии.

Активные исследования гештальтпсихологии продолжались до 1930-х гг., пока в Германии не установился фашистский режим. Ученые эмигрировали в Америку, но там развитие гештальтпсихологии не получило должного развития, так как в США ведущим психологическим направлением был *бихевиоризм*. Но гештальтпсихология оказала большое влияние на всю психологическую науку и психологию США (в частности, на американские теории научения, гуманистическую психологию). В последнее время в ряде европейских стран наблюдается усиление интереса к гештальттеории и истории Берлинской психологической школы. В 1978 г. было основано Международное психологическое сообщество «Гештальттеория и ее приложения» с официальным печатным органом – журналом «Гештальттеория».

Долгое время было распространено ошибочное мнение, что гештальттеория имеет дело только с перцепцией. Но гештальтпсихология занималась и изучением проблем мышления, научения, всех аспектов сознательного опыта и др. М. Вертгеймер отмечал: «Главная причина, по которой основатели гештальтпсихологии сконцентрировали свои публикации

на проблеме перцепции, была обусловлена самим духом времени: психология Вундта, против которой восстали сторонники нового учения, получила свою основную поддержку благодаря результатам исследований ощущений и восприятий, поэтому они выбрали перцепцию в качестве исходного пункта для критики Вундта в его собственной научной цитадели»<sup>1</sup>.

## 6.1. Основные идеи гештальтпсихологии

Гештальтпсихология исследовала целостные структуры, из которых состоит психическое поле, разрабатывая новые экспериментальные методы. Но, в отличие от других психологических направлений (психоанализа, бихевиоризма), представители гештальтпсихологии по-прежнему считали, что предметом психологической науки является исследование содержания психики, анализ познавательных процессов, а также структуры и динамики развития личности.

*Главная идея состояла в том, что основу психики составляют не отдельные элементы сознания, а целостные фигуры – гештальты, свойства которых не являются суммой свойств их частей.* Таким образом, опровергалось прежнее представление о том, что развитие психики основывается на формировании все новых ассоциативных связей, которые соединяют отдельные элементы между собой в представления и понятия. Выдвигалась новая идея, что *познание связано с процессом изменения, трансформации целостных гештальтов*, которые и определяют характер восприятия внешнего мира и поведения в нем. Поэтому большое внимание уделялось проблеме психического развития и само развитие отождествлялось с ростом и дифференциацией гештальтов.

*Методологический подход основан на понятиях психического поля, изоморфизма и феноменологии.* Понятие поля было заимствовано из физики. Изучение природы атома, магнетизма позволило раскрыть законы физического поля, в котором элементы выстраиваются в целостные системы. Эта мысль и стала ведущей для гештальтпсихологии: психические структуры располагаются в виде различных схем *в психическом поле*, гештальты меняются в соответствии с внешним полем. Поле также может изменяться, прежние структуры располагаются по-новому, и субъект приходит к принципиально новому решению задачи (*феномен инсайта*).

---

<sup>1</sup> Цит. по: Шульц Д. П., Шульц С. Э. История современной психологии. С. 356.

Считая перцептивные процессы врожденными и объясняя их особенностями организации коры головного мозга, Вертгеймер пришел к выводу об изоморфизме. *Психические гештальты изоморфны (подобны) физическим и психофизическим.* Это значит, что процессы, происходящие в коре головного мозга, сходны с теми, которые протекают во внешнем мире и осознаются в наших мыслях как подобные системы в физике и математике (круг изоморфен овалу, а не квадрату).

Чтобы решить конкретные задачи, человеку необходимо отстраниться от прошлого опыта, «очистить» свое сознание от всего, связанного с культурными и личными традициями. Гештальтпсихологи утверждали приоритет сиюминутной ситуации – *принцип «здесь и сейчас»* в любых интеллектуальных процессах, не учитывая прошлый опыт личности и даже отрицая его. Вертгеймер писал: «Все еще встречаются психологи, которые, совершенно не понимая гештальттеорию, считают, что она недооценивает роль прошлого опыта. Гештальттеория старается установить различие между суммарными совокупностями, с одной стороны, и гештальтами, структурами – с другой, как в отношении частей целого, так и в отношении целостного поля, и разработать соответствующие научные инструменты для исследования последних. Она восстает против догматического применения ко всем случаям метода, который адекватен лишь для простых бесструктурных наборов. Вопрос в том, может ли подход, делающий основной упор на слепые связи и поэлементный анализ, дать адекватное объяснение реальных процессов мышления и роли прошлого опыта. Прошлый опыт следует тщательно изучать, но сам по себе он является неоднозначным; пока опыт рассматривается в терминах элементов и слепых связей, он не может быть магическим ключом к решению всех проблем»<sup>1</sup>.

В исследованиях ученых этой школы были *открыты почти все свойства и принципы восприятия, доказано значение восприятия в формировании мышления, воображения, других когнитивных процессов.* Впервые было обосновано значение образов и схем в развитии творчества, выявлены механизмы творческого мышления и процесса формирования представлений об окружающем. Исследования восприятия, а затем мышления позволили открыть основные законы восприятия, ставшие со временем общими законами любого гештальта. Они объясняли содержание психиче-

---

<sup>1</sup> Вертгеймер М. Продуктивное мышление: пер. с англ. / общ. ред. С. Ф. Горбова, В. П. Зинченко. М., 1987. С. 96.

ских процессов всем «полем» действующих на организм раздражителей, структурой всей ситуации в целом, которая позволяет соотносить и структурировать между собой отдельные образы, сохраняя их базовую форму. При этом соотношение образов предметов в сознании не является статичным, неподвижным, а определяется динамическими, изменяющимися соотношениями, которые устанавливаются в процессе познания.

На основе экспериментальных данных были установлены *основные постулаты гештальтпсихологии*:

1. Первичными данными психологии являются целостные структуры – гештальты, невыводимые из образующих их компонентов.

2. Элементы поля объединяются в структуру в зависимости от принципов восприятия (близость, непрерывность, сходство, замыкание, простота, фигура – фон).

3. Гештальты функционируют по основному закону, названному Вергеймером «законом прегнантности» или «законом хорошей формы» – стремление (даже на уровне электрохимических процессов коры мозга) к простым и четким формам и устойчивым состояниям. Таким образом, гештальтпсихология становится холистическим (целостным) направлением психологии, которая рассматривает организм и психику как целостную систему, взаимодействующую со средой.

## **6.2. Гештальтпринципы организации восприятия**

В соответствии с гештальтпринципами мы воспринимаем предметы как единое целое, а не как набор индивидуальных ощущений. Организация восприятия происходит мгновенно, и ее возникновение неизбежно и случается всякий раз в тот момент, когда мы смотрим вокруг себя, слышим какие-то звуки, к чему-то прикасаемся. Части перцептивного поля становятся связанными, объединяются между собой, чтобы создать структуру, которая бы выделялась на общем фоне.

Согласно гештальттеории, первичная деятельность нашего мозга по визуальному восприятию объектов заключается отнюдь не в накоплении их отдельных проявлений. Область мозга, отвечающая за зрительное восприятие, не реагирует на отдельные элементы визуальных входных каналов и не связывает их вместе с помощью механического процесса ассоциации. Напротив, головной мозг представляет собой динамичную систему, в которой все элементы активны в момент взаимодействия. Элементы, ко-

торые являются одинаковыми или близкими друг другу, стремятся к объединению, а элементы, которые являются несходными или далекими друг от друга, не объединяются. Выделены следующие основные принципы организации восприятия.

1. *Близость*. Элементы, близкие друг к другу во времени или в пространстве, кажутся нам объединенными в группы, и мы стремимся их воспринимать совместно.

2. *Непрерывность*. В нашем восприятии существует тенденция следования в направлении, позволяющем связывать наблюдаемые элементы в непрерывную последовательность или придать им определенную ориентацию.

3. *Сходство*. Подобные элементы воспринимаются нами совместно, образуя замкнутые группы.

4. *Замыкание*. В нашем восприятии существует тенденция завершения незаконченных предметов и заполнения пустых промежутков.

5. *Простота*. В любых условиях мы стремимся видеть фигуры настолько завершенными, насколько это возможно; в гештальтпсихологии это свойство получило название *pragnanz* («прегнантная форма»). Прегнантный гештальт должен быть симметричным, простым и неизменным и не может быть упрощен или упорядочен каким-либо иным образом. Прегнантность, или равновесие, базируется на том, что человеческая психика, как и любая динамическая система, стремится к максимальному в наличных условиях состоянию стабильности. Форма такого рода характеризуется простотой, регулярностью, близостью и завершенностью. Фигуру, отвечающую данным критериям, часто называют «хорошим гештальтом».

6. *Фигура – фон*. Мы стремимся организовывать наше восприятие таким образом, чтобы видеть объект (фигуру) и задний план (фон), на котором она проявляется. При этом фигура представляется нам более заметной и яснее выделяется на общем фоне изображения. Формирование фигуры, с точки зрения гештальтпсихологии, означает проявление интереса к чему-либо и сосредоточение внимания на данном объекте с целью удовлетворения возникшего интереса. Выделяя фигуру из фона, люди обычно стремятся придать ей наиболее «удобную» с точки зрения удовлетворения изначального интереса форму.

Дальнейшие экспериментальные исследования Вертгеймера позволили установить, что существует множество факторов, от которых зависит устойчивость фигуры и ее «завершенность». Выявлена тенденция стремле-

ния к устойчивым состояниям. «Эти принципы восприятия не зависят от высших мыслительных процессов или прошлого опыта; они присутствуют в наблюдаемых объектах сами по себе. М. Вертгеймер назвал их вспомогательными факторами, но он также признавал, что на перцепцию влияют и основные факторы самого организма: например, высшие мыслительные процессы, определяющие предварительную осведомленность и установку, также могут влиять на восприятие. Однако, в общем, гештальтисты старались уделять больше внимания вспомогательным факторам организации восприятия, чем результатам научения или опыта»<sup>1</sup>. Впоследствии эти принципы были дополнены теорией научения К. Коффки, концепцией энергетического баланса и мотивации К. Левина.

### **6.3. Исследования мышления и научения**

В работе «Продуктивное мышление» (1945) Вертгеймер дает такое определение: «Мышление заключается в усмотрении, осознании структурных особенностей и структурных требований; в действиях, которые соответствуют этим требованиям и определяются ими, и тем самым в изменении ситуации в направлении улучшения ее структуры. Это означает, что нужно рассматривать пробелы, неясные места, нарушения, внешние признаки и т. д. в соответствии с их местом, функцией, ролью в структуре проблемной ситуации; внутренние структурные отношения – отношения согласованности или несогласованности – должны устанавливаться между такими нарушениями и данной ситуацией в целом и между ее различными частями; следует осуществлять операции структурной группировки и изоляции, центрирования и т. д.; операции следует рассматривать и трактовать в соответствии с их местом, ролью, значением в динамической структуре и четко фиксировать соответствующие изменения; в понимании структурной транспонируемости и структурной иерархии и в отделении внешних признаков от структурных характеристик, что является особым случаем группировки; в поисках не отдельных истинных положений, а структурной истины»<sup>2</sup>.

Процесс психического развития – это рост и дифференциация гештальтов. Изучая процесс восприятия, гештальтпсихологи утверждали, что

---

<sup>1</sup> Шульц Д. П., Шульц С. Э. Указ. соч. С. 362.

<sup>2</sup> Вертгеймер М. Указ. соч. С. 269–270.

его основные свойства появляются постепенно, с вызреванием гештальтов. Так появляются константность и правильность восприятия, а также его осмысленность.

Вертгеймер предполагал, что мышление осуществляется в терминах целостного осознания проблемы. Он утверждал, что для успешного решения задачи необходимо хорошо представлять ситуацию в целом. Отдельные детали следует рассматривать в связи с общей ситуацией. Решение должно двигаться от общего к частному, а не наоборот. Он доказывал, что творческое мышление зависит от чертежа, схемы, в виде которой представляется условие задачи или проблемной ситуации. От адекватности схемы зависит правильность решения.

Процесс создания разных гештальтов из набора постоянных образов и является процессом творчества; чем больше различных значений получают предметы, включенные в эти структуры, тем более высокий уровень творчества продемонстрирует человек. Такое переструктурирование легче производить на образном, а не на вербальном материале, поэтому Вертгеймер приходит к выводу, что ранний переход к логическому мышлению мешает развитию творчества у детей. Он отмечает, что упражнения «убивают» творческое мышление, так как при повторении происходит фиксация одного и того же образа и ребенок привыкает рассматривать предметы только в одной плоскости. «Я действительно считаю, что при обучении арифметике следует делать основной упор не на механическую тренировку, а дать возможность ребенку самому открыть структурные особенности и требования данных ситуаций и научиться осмысленно действовать в них»<sup>1</sup>. Обучение должно быть построено так, чтобы дети получали от него радость, осознавая открытие нового.

Коффка доказывал, что от восприятия ребенком мира зависят его поведение и понимание ситуации. Ребенок рождается с набором смутных и не очень адекватных образов внешнего мира, постепенно в процессе жизни эти образы дифференцируются и становятся все более точными. При рождении у детей есть смутный образ человека, в гештальт которого входят его голос, лицо и характерные движения. Поэтому маленький ребенок (1–2 месяцев) может не узнать близкого взрослого, если он поменяет прическу или сменит одежду. Сначала дети воспринимают окружающее только как окрашенное или неокрашенное, без различения цветов. Неокрашенное воспри-

---

<sup>1</sup> Вертгеймер М. Указ. соч. С. 168.



нимается как фон, а окрашенное – как фигура, далее окрашенное делится на теплое и холодное, а в окружающем дети выделяют уже несколько наборов «фигура – фон». Обобщающие результаты исследования восприятия Коффка изложил в работе «Принципы гештальтпсихологии» (1935), где описал свойства и процесс формирования восприятия, сформулировал теорию восприятия, к которой мы обращаемся до сих пор.

#### **6.4. Феномен инсайта**

Работы Келера, посвященные исследованию умственных способностей шимпанзе, привели его к открытию *феномена инсайта (озарение)*. Келер создавал ситуации, в которых подопытное животное должно было решать различные задачи. Обезьяне нужно было при помощи одного орудия получить другое, например, при помощи короткой палки, которая находилась в клетке, достать длинную, находящуюся на некотором расстоянии от нее. Полученное орудие использовалось для достижения искомой цели – например, достать банан или другой предмет, находящийся далеко от клетки. Келер интерпретировал результаты исследования животных в терминах целостности ситуации и взаимосвязей с отдельными стимулами. Задачей эксперимента было выяснение способа решения задач: методом проб и ошибок или благодаря внезапному постижению или пониманию неизвестных ранее взаимосвязей – инсайту.

Эксперименты Келера доказывали, что мыслительный процесс идет вторым путем. Объясняя феномен инсайта, он доказывал, что предметы и явления, попадая в другую ситуацию, приобретают новые функции. *Соединение предметов в новых сочетаниях с их новыми функциями приводит к образованию нового гештальта, осознание которого и составляет процесс мышления.* Келер называл этот процесс *переструктурированием гештальта* и считал, что оно происходит мгновенно и зависит не от прошлого опыта субъекта, а только от способа расположения предметов в поле. Именно это переструктурирование и происходит в момент инсайта. Эти исследования укрепили позиции гештальтпсихологии в том, что научение включает в себя реорганизацию или реструктурирование психологической среды. Опыты Келера доказывали мгновенный, а не протяженный во времени характер мышления, в основе которого лежит инсайт. Позже К. Бюлер пришел к подобному выводу и назвал этот феномен «ага-переживание», также подчеркивая его внезапность и одномоментность. Понятие об

инсайта стало ключевым для гештальтпсихологии, явилось основой объяснения мыслительной деятельности, в том числе и продуктивного мышления, как было показано в работах Вертгеймера.

## 6.5. Теория психологического поля К. Левина

Многие идеи гештальтпсихологии отразились на исследованиях К. Левина, который разработал теорию личности под названием «*теория психологического поля*», и отмечал, что теория поля – это скорее набор принципов и способ мышления, который относится к связи событий и ситуаций, в которых эти события происходят.

Теория немецкого психолога К. Левина сформировалась под влиянием успехов точных наук – физики и математики. Заинтересовавшись психологией, он пытался внести в нее точность и строгость эксперимента. Получив приглашение преподавать психологию в Психологическом институте Берлинского университета, Левин сосредоточился на изучении личности человека.

Ему принадлежит следующее утверждение. Образ создается в «данный момент», прошлый опыт не играет никакой роли в создании этого гештальта, он создается путем инсайта. «Снижение роли прошлого опыта являлось одним из основных объектов критики гештальтпсихологии и теории Левина, в частности, со стороны оппонентов. Образы прошлого могут актуализироваться в “данный момент” и обусловить поведение человека, но это не то влияние, которое имели в виду сторонники бихевиоризма и психоанализа... Принцип изоморфизма, т. е. принцип, утверждающий тождество закономерностей в разных науках... Следуя именно этому принципу, Курт Левин использовал систему описания явлений, принятую в физике, химии, математике, геологии и топологии»<sup>1</sup>.

В работе «Поведение и развитие ребенка как функция от ситуации в целом» (1946) Левин определяет *жизненное пространство* как «множество реальных и нереальных, актуальных, прошлых и будущих событий, которые находятся в психологическом пространстве индивида в данный момент времени. Это могут быть ожидания, цели, образы притягательных (или отталкивающих) объектов, реальные или воображаемые преграды на пути достижения желаемого, деятельность человека и т. д.»<sup>2</sup> Человек не может рассматриваться как автономная система, поскольку всегда включен

---

<sup>1</sup> Фрейджер Р., Фейдимен Д. Указ. соч. С. 718.

<sup>2</sup> Там же. С. 729.

в другую систему, называемую *психологической средой*. Психологическая среда и человек объединяются общим понятием – *жизненное пространство*, которое рассматривается как психическая реальность, т. е. возможные события, влияющие на поведение человека. Граница между жизненным пространством и внешним миром проницаема. Объекты, события, идеи, которые в данный момент являются элементами жизненного пространства, могут в следующий момент стать элементами непсихологической среды (физической, социальной и др.), если перестают иметь какое-либо значение для человека, стремящегося удовлетворить свои потребности, снять напряжение.

## 6.6. Динамическое поле личности

Совокупность взаимосвязей элементов внешней (объективной) и внутренней (психологической) ситуации Левин описывает с помощью заимствованного из физики понятия поля. Основные положения этой концепции изложены им в работах «Динамическая теория личности» (1935) и «Принципы топологической психологии» (1936), так как для объяснения он использовал понятия из топологии – науки о пространственных отношениях между объектами.

Левин рассматривал личность как сложную энергетическую систему, обладающую психической энергией. Она высвобождается, когда человек пытается вернуться в равновесие из состояния неуравновешенности. Неуравновешенность возникает с возрастанием напряжения в одной части системы относительно других частей при воздействии внешних раздражителей или внутренних изменений.

Поле характеризуется определенной топологией: в нем выделяются области – *регионы*, разделенные границами разной степени жесткости, – и определенной динамикой сил, которые влияют на находящегося в этом поле индивида. Оно включает в себе все события прошлого, настоящего и будущего, которые могут повлиять на его жизнь. И каждое из этих событий предопределяет поведение человека в конкретной ситуации. Таким образом, *психологическое поле формируется личностными потребностями человека во взаимодействии с его психологическим окружением*.

Личность живет и развивается в психологическом поле окружающих ее предметов, каждый из которых имеет *определенный заряд (валентность)*. Воздействуя на человека, эти предметы вызывают в нем потребности, ко-

торые он рассматривал как некие энергетические заряды, вызывающие напряжение. Человек стремится к разрядке напряжения, т. е. к удовлетворению потребности. Эксперименты Левина доказали, что для каждого человека эта валентность имеет свой знак, в то же время существуют такие предметы, которые для всех имеют одинаковую притягательную или отталкивающую силу.

Согласно взглядам Левина, *поведение представляет собой чередование циклов возникновения напряженности и последующего действия по его снятию*. Поэтому всякий раз, когда у индивидуума возникает какая-то потребность, т. е. состояние напряженности, он своими действиями старается снять ее и восстановить внутреннее равновесие. Левин приходит к выводу, что не только неврозы, но и особенности когнитивных процессов (такие феномены, как сохранение, забывание) связаны с разрядкой или напряжением потребностей.

*Левин выделил два рода потребностей: биологические и социальные (квазипотребности)*. Последние образуются в актуальной ситуации в связи с принятыми намерениями и проявляются в том, что определенные вещи (предметы) или события приобретают побудительность, обладают определенной эмоциональной окраской; контакт с ними приводит к определенным действиям человека.

Исследования Левина доказывали, что не только существующая в данный момент ситуация, но и ее *предвосхищение*, предметы, существующие только в сознании человека, могут определять его деятельность. Наличие таких идеальных мотивов поведения дает возможность человеку преодолеть непосредственное влияние поля, окружающих предметов, «встать над полем». Такое поведение он называл волевым, в отличие от полевого, которое возникает под влиянием непосредственного сиюминутного окружения. Левин приходит к важному понятию *временной перспективы*, которая определяет поведение человека в жизненном пространстве и является основой целостного восприятия себя, своего прошлого и будущего.

Потребности в структуре личности не изолированы, они находятся в связи друг с другом, в определенной иерархии. При этом те квазипотребности, которые связаны между собой, могут обмениваться находящейся в них энергией. Этот процесс Левин называл *коммуникацией заряженных систем* или *локомоциями*. Возможность коммуникации ценна тем, что делает поведение человека более гибким, позволяет ему разрешать конфлик-

ты, преодолевать различные барьеры и находить нужный выход из сложных ситуаций, что расширяет его адаптационные возможности. «Например, мечты являются ирреальными локомоциями, связанными с регуляцией напряжения, вызванного потребностями, которые в данный момент времени невозможно удовлетворить в физическом пространстве. Если мечты не снижают напряжения, человек задействует для разрядки другие регионы»<sup>1</sup>.

## 6.7. Психологический рост и мотивация личности

Левин высказал предположение о существовании состояния баланса, или равновесия, между индивидуумом и его психологическим окружением. Когда это равновесие нарушается, возникает напряженность отношений, которая вызывает определенные действия, ведущие к восстановлению баланса. В этом заключается основной смысл его *концепции мотивации*. За мотивацией признавался собственно психологический статус, и она не сводилась к биологическим потребностям, удовлетворив которые, организм исчерпывает свой мотивационный потенциал. Свое представление о мотивации Левин выводил из неразрывной связи субъекта и объекта, которые являются разными полюсами единого пространства – поля. Для гештальт-психологов поле – это непосредственное восприятие сознания. У Левина поле – это структура, в которой совершается поведение человека, она включает и мотивационные устремления индивида и, одновременно, объекты этих устремлений. Мотивационные изменения выводились не из внутренних структур личности, а из особенностей самого поля, из динамики целого.

Развитие личности – это движение от одного региона к другому, являющемуся новым для индивида. «Сам факт, что человек находится в состоянии движения от одного региона А к новому региону В и поэтому он оторвался от региона А, но еще не утвердился прочно в регионе В, ставит его в менее прочное положение и делает его, как любой объект *in statu nascenti*, более способным к развитию... Следовательно, личностное развитие можно понимать, как включение в жизненное пространство какой-то новой неизвестной зоны, движение к которой реорганизует все пространство в целом»<sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> Цит. по: Фрейджер Р., Фейдимен Д. Указ. соч. С. 720.

<sup>2</sup> Там же. С. 725.

Левин показал необходимость не только целостного, но и адекватного понимания себя человеком. Открытие им таких феноменов, как *уровень притязаний* и *аффект неадекватности* (последний проявляется при попытках доказать человеку неправильность его представлений о себе), и введение в научный оборот соответствующих понятий сыграло огромную роль в психологии личности, в понимании причин отклоняющегося поведения. Левин подчеркивал, что отрицательное влияние на поведение имеет и завышенный, и заниженный уровень притязаний, так как и в том и в другом случае нарушается возможность установления устойчивого равновесия со средой.

Он отмечал важность сохранения целостности личности, ее *самости* и необходимость осознания человеком структуры своей личности. В формировании личности ребенка большое значение имеет система воспитательных приемов: наказаний и поощрений. Левин считал, что при наказании за невыполнение неприятного для ребенка действия он попадает в ситуацию фрустрации, так как находится между двумя барьерами (предметами с отрицательной валентностью). Система наказаний, с точки зрения Левина, не способствует развитию волевого поведения, а только увеличивает напряженность и агрессивность детей. Более позитивна система поощрений, так как в этом случае за барьером (за предметом с отрицательной валентностью) следует предмет, вызывающий положительные эмоции. Однако оптимальной является система, при которой детям дается возможность выстроить временную перспективу с тем, чтобы снять барьеры данного поля.

К. Левин разработал ряд методических приемов экспериментального исследования мотивационно-потребностной и волевой сфер человека. В результате обобщения этих экспериментов появилась концепция *топологической психологии*.

## **6.8. Общие итоги исследований К. Левина**

После эмиграции в США в 1933 г. Левин преподает и занимается проблемами социальной психологии, а в 1945 г. возглавляет исследовательский центр групповой динамики при Массачусетском технологическом институте. Левин занимался проблемами групповой дифференциации, типологией стиля общения. Он предположил, что *группа также может быть рассмотрена как динамическая система, формирующая социальное поле*, по аналогии с системой психологического поля личности. *Социальное поведение людей в группе определяется взаимоотношениями внут-*

ри ее, конкурирующими тенденциями, стремлениями отдельных членов группы и т. п. Групповое поведение является функцией общего состояния социального поля, как поведение человека является функцией потребностей и психологического поля.

Левин занимается вопросами *лидерства, типов лидерства, проблемной групповой атмосферы*. Изучение групповой динамики и работы по снижению межгрупповых конфликтов привели к организации Т-групп, тренингов сенситивности, института лидерства и др. Левин описывал наиболее распространенные *стили поведения лидера – демократический, авторитарный, попустительский*; изучал условия, способствующие выделению «лидеров», «звезд» и «отверженных» в группах. Так возникает новая тема исследований – *процессы групповой динамики*.

Исследования Левина помогли создать экспериментальные методы в социальной психологии и психологии личности. Им были созданы новые направления в этих областях психологии; социально-психологические эксперименты позволили Левину, единственному из всех гештальтпсихологов, создать новую научную школу в США.

## **6.9. Вклад гештальтпсихологии в развитие современной психологии**

Гештальтподход проник в разные области психологии: в психологию личности, психотерапию, патопсихологию, психологию научения, в социальную психологию. Гештальтпсихология оказала существенное влияние на новые направления, формировавшиеся в психологической науке: необихвиоризм, гуманистическую и когнитивную психологию; она оказала влияние на системный подход в науке, некоторые концепцией межличностного восприятия и т. п. (Р. Фрейджер, Д. Фейдимен, Д. П. Шульц, С. Э. Шульц и др.).

Изучая элементы сознания, его функции, осознав влияние бессознательного на поведение, человечество приходит к мысли, что люди – целостные, уникальные системы, каждый из них несет в себе свой внутренний мир, отличный от других людей. Основу мотивации личности составляют потребности человека в связи с окружающей средой.

Гештальтизм продолжал поощрять интерес к сознательному опыту даже в те годы, когда в психологии доминировали идеи бихевиоризма. Интерес гештальтпсихологов к сознательному опыту строился на основе новейших на то время феноменологических взглядов. Современные привер-

женцы гештальтпсихологии убеждены, что опыт сознания по-прежнему должен изучаться, однако они признают, что он не может исследоваться с той же точностью, как обычное поведение.

Гештальтпсихология получила применение в области психотерапевтической практики. На ее общих принципах основывается одно из направлений современной психотерапии – гештальттерапия.

## **6.10. Гештальт в психологической практике**

**Фредерик (Фриц) Перлз (Перлс)** (Friedrich Salomon Perls, 1893–1969) – основатель гештальттерапии говорит о гештальте как паттерне, конфигурации, определенной форме организации индивидуальных частей, которая создает целостность. Основной целью данного метода является достижение психической организацией индивида «хорошей фигуры». Для описания психотерапевтического процесса используются такие понятия, как «организм – среда», «граница контакта», «концепция Я», «цикл опыта»; виды сопротивления, или защитные механизмы, – «проекция», «интроекция», «ретрофлексия», «слияние». В психотерапии происходит «отреагирование» заторможенных эмоциональных реакций, за счет чего достигается «завершение гештальта». Все травмирующие события интерпретируются как отчужденные части Я и аффективно проигрываются.

Ф. Перлз получил медицинское образование, интересовался психоанализом, проходил анализ у В. Райха, работал с известными психоаналитиками К. Хорни, Х. Дойч. Эксперименты гештальтпсихологов по исследованию восприятия стали основой психотерапевтических взглядов Ф. Перлза и его жены Лауры Перлз. С приходом к власти Гитлера они уезжают в Голландию, затем в Южную Африку. Перлз создает свою терапевтическую теорию. В 1946 г. Перлзы эмигрировали в США, где продолжали развивать гештальттерапию. В 1952 г. они основали Нью-Йоркский институт гештальттерапии. С тех пор она получила распространение в США. В современных условиях гештальттерапию широко применяют и в Европе, и в России.

На становление идей Перлза оказали влияние психоанализ, идеи Райха, в частности его представление о «защитном панцире», благодаря которому сопротивление становится общей функцией организма. С гештальтпсихологией у Перлза, по его словам, сложились специфические отношения: восхищаясь многими идеями гештальтистов, он счел невозможным полностью следовать за ними. Для него была важна мысль о незакон-



ченной ситуации, о неполном гештальте. Принцип гештальта (соотношение «фигуры и фона») из области познавательных процессов был перенесен Перлзом в область сознания в целом.

«Меня часто называют основателем гештальттерапии. Это чепуха. Если меня называют открывателем гештальттерапии, о'кей. Гештальт древний, как мир. Мир и каждый организм в отдельности поддерживает себя, и при формировании гештальта неизменным остается лишь одно условие – завершенность, целостность. Гештальт – это органическая функция. Гештальт – это целостная единица восприятия. Как только вы прерываете гештальт, это уже не гештальт»<sup>1</sup>.

Некоторые терапевтические приемы Перлза почерпнуты из практики психодрамы Я. Морено. Теоретико-методологическими основами гештальттерапии кроме психоанализа и гештальтпсихологии были также *экзистенциализм, феноменология, восточные духовные практики, гуманистическая психология*. На этой методологической основе Ф. Перлзом была разработана *теория цикла контакта*, ставшая базовой моделью гештальттерапии.

Гештальттерапия утверждает, что индивид способен к саморегуляции. Поэтому внимание уделяется развитию у человека готовности принимать решения и делать выбор. Саморегуляция осуществляется в настоящем, гештальт возникает в данный момент – «здесь и теперь». Психотерапевт следит за изменениями в функционировании клиента, побуждает его к расширению осознания того, что происходит в данный момент, чтобы выявить, как он препятствует процессу саморегуляции. Большое внимание психотерапевт уделяет «языку тела». В гештальттерапии используются упражнения – эксперименты, выполняя которые клиенты «примеряют» различные роли, входят в образы, отождествляются со значимыми чувствами и переживаниями, отчужденными частями личности. Цель экспериментов – достижение осознания (осознавания), приводящего к интеграции личности, помощь в самопознании и обретении способности опираться на себя.

Внимание в гештальттерапии уделяется и работе со сновидениями. Перлз полагал, что разные части сна выступают фрагментами личности – *субличностями*. Для того, чтобы достичь интеграции, необходимо их совместить, признать своими. Проигрыванием объектов сна, отдельных его фрагментов можно обнаружить скрытое содержание сновидения через его переживание, а не анализ. Перлз применял свой метод в виде индивиду-

---

<sup>1</sup> Перлз Ф. Гештальт-семинары. М., 1998. С. 17.

альной психотерапии, но впоследствии полностью перешел на групповую форму, считая ее более эффективной и экономичной.

Следует отметить, что сторонники гештальтпсихологии к новациям Перлза отнеслись неодобрительно, считая, что он слишком вольно использовал принципы гештальтпсихологии. Поэтому мнения о том, что гештальттерапия явилась продолжением гештальтпсихологии, не совсем верны: она лишь использует некоторые принципы гештальтпсихологии.

## 6.11. Соотношения «фигура – фон»

Одним из основных принципов гештальттерапии является *соотношение «фигуры и фона»*. Ф. Перлз указывает, что визуальное поле структурировано как «фигура» и «фон». «Фигура» отчетливо видна на заднем плане – «фоне». Фигура может быть мелодией, которая выделяется из гармоничного фона, или зрительным образом, который изображает нечто реальное на фоне абстрактных линий. Когда вы начинаете видеть другую картину, это происходит внезапно, иногда вызывая восклицание удивления (гештальтпсихологи называют это явление озарением или инсайтом). Фигура, будь то простой элемент или сложный образ, выступает из фона как рельеф, привлекающий внимание и имеющий четкие границы. Фигура имеет множество деталей, которые можно внимательно изучать, сосредотачиваться на них и даже фиксироваться.

Фон не оформлен и не имеет четких границ. Его главная функция – создавать контекст, который помогает восприятию фигуры, направляя интерес к ней. В идеале фигура и фон могут меняться местами, иногда это происходит моментально (о чем говорилось выше). Фон является источником для возникновения новой фигуры.

Исследования, посвященные влиянию мотивации на восприятие, показали, что соотношение фигуры и фона проявляется в принципе саморегуляции человека. Он поддерживает свой баланс при помощи постоянного осознания своих потребностей. Неотложные потребности, незаконченные ситуации будут всплывать на поверхность, указывал Перлз. В каждый момент доминирующая потребность человека выходит на передний план в качестве фигуры, а остальные становятся фоном. Фигура – это та потребность, которая наиболее актуальна в данный момент. Чтобы человек мог удовлетворить свою потребность и перейти к другим потребностям (делам), ему необходимо сознавать свои потребности, быть в контакте с собой и с окружающей средой.

## 6.12. Осознавание и сосредоточенность на настоящем

Перлз говорил: «Ничего не существует, кроме здесь и сейчас. Сейчас – это настоящее, то, что вы осознаете, тот момент, когда вы содержите в себе так называемые воспоминания и так называемые ожидания. Не важно, вспоминаете вы или ожидаете, в любом случае вы делаете это *сейчас*. Прошлого уже нет. Будущего еще нет... Кроме сейчас ничего нет»<sup>1</sup>.

Гештальттерапия в качестве базового принципа *использует принцип «здесь и сейчас»*, согласно которому главным фактором, влияющим на поведение и социальную функциональность личности, является не содержание прошлого опыта (как утверждает психоанализ), а качество осознания актуальной ситуации. *Осознавание и сосредоточенность* на настоящем нужны, потому что человек должен жить в настоящем, ведь прошлое уже ушло, а будущее еще не наступило. Находясь в зоне мечты или интерпретации прошлого, он находится либо в будущем, либо в прошлом и не живет полной *настоящей* жизнью.

Осознавание является единственной основой знаний, общения и т. д. Оно поддерживает интерес к актуальной ситуации, повышая значимость жизненно го опыта (в том числе и терапевтического). Ориентация на настоящее означает доведение до сознания человека того, что действия и поступки, которые он оценивает негативно и по поводу которых у него возникают неприятные эмоциональные переживания, представляют собой вполне нормальный способ поведения и переживания в данный момент. «Чем больше вы осознаете это, тем больше вы будете отбирать средства, начнете выбирать социальные потребности, которые являются средствами достижения целей организма»<sup>2</sup>.

## 6.13. Контактная граница

«*Контактная граница*» является еще одним важным понятием гештальттерапии. «Ни один индивид не самодостаточен. Он нуждается в окружающем мире для удовлетворения своих потребностей. Организм является частью мира, но он также может переживать окружающий мир как нечто отдельное от себя»<sup>3</sup>. Он может существовать только в среде, вместе с которой он в каждый момент составляет единое целое поле. Поведение инди-

---

<sup>1</sup> Перлз Ф. Гештальт-семинары. С. 43.

<sup>2</sup> Там же. С. 23.

<sup>3</sup> Перлз Ф. Эго, голод и агрессия. М., 2000. С. 50.

вида – функция этого поля, оно определяется природой отношений между ним и средой. Если отношения взаимно удовлетворительны, мы называем поведение индивида нормальным, если отношения конфликтны, поведение индивида описывается как ненормальное.

«Эго-граница не фиксирована. Если она зафиксировалась, тогда она превращается в характер, в панцирь, как у черепахи... Эго-граница это очень, очень важная вещь. Это совершенно особое явление. В общем, мы можем назвать эго-границу отделением “я” от “других”, и в гештальттерапии принято писать “я” с маленькой буквы. Я знаю, многие психологи пишут “я” с большой буквы, как будто “я” – это что-то замечательное, что-то невероятно ценное. Они отправляются на поиски “я”, как на поиски сокровищ. “Я” – это всего лишь нечто, отделенное от других»<sup>1</sup>.

Для эго-границы характерны *отождествление и отчуждение*. «Граница отождествления/отчуждения, которую я предпочитаю называть эго-границей, присутствует в любой жизненной ситуации... Невозможно жить без границ – всегда остается мысль о том, что “я с правильной стороны забора, а ты с неправильной”, или же *мы*, если вы объединились в группу. Легко заметить, что любое общество или любая община быстро формируют свои собственные границы... Так что мы редко смотрим на то, что у нас общего, что нас объединяет, мы смотрим на то, чем мы отличаемся, тогда у нас появляется возможность ненавидеть и убивать друг друга»<sup>2</sup>.

*Психологические события происходят на контактной границе*. Наши мысли, действия, поведение, эмоции – это способ выражения и принятия этих событий на границе. «Живому организму приходится выходить за пределы эго-границы, потому что ему нужно нечто из внешнего мира... Чтобы мы могли пройти границу, что-то должно произойти, и это мы называем *контактом*. Мы соприкасаемся, мы контактируем, мы растягиваем границу до нужной нам вещи. Если мы ригидны и не можем двигаться, тогда вещь останется на месте... Наша жизнь, в сущности, ничто иное, как бесконечная вереница незаконченных ситуаций – неполных гештальтов. Как только мы заканчиваем одну ситуацию, возникает следующая»<sup>3</sup>.

*Контакт и уход* – диалектические противоположности, это описание того, как мы участвуем в психологических событиях, как обходимся с объ-

---

<sup>1</sup> Перлз Ф. Гештальт-семинары. С. 9.

<sup>2</sup> Там же. С. 13–14.

<sup>3</sup> Там же. С. 9.

ектами нашего поля на контактной границе. Например, бодрствуя днем, мы находимся в контакте, в соприкосновении с миром. Ночью мы спим – это уход, отказ от контакта. Контакт со средой в определенном смысле является формированием гештальта. Уход – это либо полное его завершение, либо сосредоточение сил для того, чтобы сделать такое завершение возможным. Ритмическая последовательность контакта и ухода – наше средство удовлетворять свои потребности, продолжать жизненные процессы.

## 6.14. Стадии контакта

Процесс взаимодействия индивида с фигурой – от момента возникновения спонтанного интереса до полного его удовлетворения – включает в себя несколько стадий: *ощущение, осознание, энергию, действие, включающее контакт, и разрешение.*

На первой стадии спонтанный интерес к объекту носит характер смутного, неопределенного *ощущения*, часто беспокойства, вызывая начальное напряжение. Целью *осознания* является насыщение объекта значимым содержанием, происходит мобилизация энергии, связанная с возникшим напряжением. «Осознание – это всегда субъективный опыт. Я никак не могу осознать то, что осознаете вы. По-моему, дзенская идея абсолютного осознания не имеет смысла... у осознания всегда есть содержание».<sup>1</sup> В результате наступает третья стадия цикла, на которой *энергия системы* достигает своего пика, а фигура в субъективном восприятии максимально «приближается» к индивиду. Создаются условия для перехода к стадии *действия*. В результате действия, направленного на вызвавшую интерес фигуру, возникает максимально насыщенное переживание, в рамках которого интегрируются впечатления, полученные от сенсорного осознания и моторного акта. *Завершающая стадия разрешения* (завершение) предполагает рефлексию опыта, полученного на стадии контакта, и его интеграцию на внутриличностном уровне. По завершении цикла контакта фигура перестает быть актуальной и привлекать к себе внимание – гештальт завершается, или, что то же самое, разрушается. В результате возникает возможность нового ощущения и возобновления цикла.

В книге «Гештальт-подход и Свидетель терапии» Ф. Перлз пишет: «Современный человек живет на низком уровне жизненной энергии. Хотя

---

<sup>1</sup> Перлз Ф. Гештальт-семинары. С. 15.

в общем он не слишком глубоко страдает, но при этом он столь же мало знает об истинно творческой жизни. Он превратился в тревожащийся автомат. Мир предлагает ему много возможностей для более богатой и счастливой жизни. Он же бесцельно бродит, плохо понимая, чего он хочет, и еще хуже – как этого достичь. Он не чувствует возбуждения и пыла, отправлялись в приключение жизни... Мы оправдываем нынешние трудности прошлым опытом, мы купаемся в своих несчастьях. Мы используем свои знания о человеке как оправдание для социально-деструктивного или саморазрушительного поведения. Вырастая из детского “Я не могу с этим справиться”, мы начинаем говорить: “Я не могу с этим справиться, потому что ...”<sup>1</sup>.

Перлз указывал: «Мы называем свой подход экзистенциальным: мы существуем как организмы – такие же организмы, как растения, животные и прочие, и мы связаны с внешним миром точно так же, как любой другой природный организм... Нельзя отделять организм от его среды... Поэтому мы всегда должны рассматривать тот сегмент мира, в котором мы живем, как часть себя. Куда бы мы ни отправились, мы всегда берем с собой кусочек мира»<sup>2</sup>.

## 6.15. Развитие личности

Перлз говорил, что развиваться – значит взять на себя ответственность за свою жизнь, рассчитывать только на себя. И хотя прошлое есть прошлое, но сейчас мы многое несем из прошлого. Либо оно ассимилируется и становится частью нас, либо мы таскаем с собой незавершенную ситуацию, незавершенный гештальт. Психоаналитики лелеют состояние инфантильности, полагая, что прошлое ответственно за болезнь. Величайшая ошибка психоаналитиков заключается в предположении, что память реальна. Все травмы, которые считаются корнем неврозов, – это выдумки пациентов. Перлз говорил, что «зрелость – это переход от опоры на окружающих к опоре на самого себя». «Цель терапии – помочь сделать так, чтобы клиент не зависел от других, цель – позволить клиенту с самого начала обнаружить, что он может делать многое, *много* больше, чем он думал»<sup>3</sup>.

---

<sup>1</sup> Перлз Ф. Гештальт-подход и Свидетель терапии. М., 1996. С. 10–11.

<sup>2</sup> Перлз Ф. Гештальт-семинары. С. 7.

<sup>3</sup> Там же. С. 32.

Человек должен осознать, как он препятствует собственному росту, как блокирует свои возможности; тогда он может устранить помеху, сделать жизнь богаче и мобилизовать скрытые ресурсы. У людей, которые постоянно репетируют, все равно возникают проблемы. Человек боится стоять на собственных ногах и поэтому постоянно приспосабливается. Для большинства видов терапии главное – это приспособление к обществу, но общество постоянно меняется, поэтому приспособиться все труднее. Мы воспринимаем теперь мир как бесконечно продолжающийся процесс.

В гештальттерапии пациент использует терапевта как экран для проекций, он ожидает от него того, что не может сделать сам. В процессе развития человек сталкивается с *тупиком*. Тупик – это критическая точка и в терапии, критическая точка в росте, когда поддержка уже не поступает ни снаружи, ни изнутри, а подлинная самоподдержка еще не появилась. Но тупик существует лишь в фантазии человека, который удерживает себя от использования своих ресурсов, вызывая в воображении множество «катастрофических ожиданий». Как отмечает Перлз, никто не хочет проходить через тупик, чтоб развиваться дальше, все стремятся поддержать *статус кво*. Не осознавая свой опыт, трудно понять, что реально, а что является нашими фантазиями.

Когда цели, взаимодействия и актуальное развитие сложны, у человека возникают большие трудности в координации отношений «фигура – фон». Потребности разных людей редко возникают синхронно, поэтому необходимо развивать мастерство управления этими мимолетными, но неизбежными несовпадениями. Человек гораздо больше приобретает, когда берет на себя ответственность: за каждую эмоцию, за каждую свою мысль, за кого-нибудь еще. «Мир существует не ради ваших ожиданий, так же как и вы живете не ради ожиданий мира. Мы соприкасаемся друг с другом благодаря искренности своего существования, а не благодаря намеренному *налаживанию* контакта... Эта ответственность – способность *быть* тем, кем вы *являетесь*, выражается словом “я”»<sup>1</sup>.

## 6.16. Защитные функции

К функциям защиты как способам реакции человека на психически травмирующую ситуацию, которые искажают и прерывают наш контакт

---

<sup>1</sup> Перлз Ф. Гештальт-семинары. С. 70.

с окружающей средой, относятся *интроекция, проекция, слияние, ретрофлексия*. Эти механизмы называются защитами, или сопротивлениями, как и в психоанализе, но содержание их различается.

*Механизм интроекции.* «Интроекция означает сохранение структуры внедренных в психику объектов, в то время как организм требует их разрушения».<sup>1</sup> Это невротические механизмы, посредством которых мы некритически, целиком принимаем на веру нормы, установки, способы действия и мышления и т. п., – *интроекты*. Чем больше интроектов человек накопил, тем меньше у него остается возможностей выразить себя и обнаружить, кто он сам. Сложность освобождения от интроекции связана с тем, что у каждого своя долгая история *интроецирования*, потому это общепринятый способ обучения и воспитания.

Противоположностью интроекции является *проекция*. Проекция – это тенденция сделать среду ответственной за то, что исходит из самого человека. Человек прибегает к проекции, когда не может принять свои чувства, поступки, потому что «не должен» чувствовать или поступать так. Люди делают предположения на основе своей фантазии, не сознавая, что это предположения. В проекции мы сдвигаем границу между собой и остальным миром немного «в свою пользу», что дает возможность снимать с себя ответственность, отрицая принадлежность себе таких аспектов личности, с которыми трудно примириться, которые кажутся нам непривлекательными. Психотерапевтическая работа с проекцией основана на утверждении того, что мы сами создаем свою жизнь, тогда проективный человек сможет представить, что ему свойственны некие качества, которые он прежде не осознавал, а лишь замечал в других.

*Механизм слияния.* «Когда индивид вообще не чувствует границы между собой и средой, когда он полагает, что он и среда – одно, он находится в слиянии с ней. Части и целое оказываются неразличимыми»<sup>2</sup>. Новорожденные дети живут в слиянии; взрослые в момент экстаза или крайней концентрации чувствуют себя в слиянии с окружающим. Как отмечает Перлз, человек, находящийся в патологическом слиянии, связывает свои потребности, эмоции и действия в один тугой узел и уже не сознает, что он хочет делать и как он сам себе не дает этого делать. Патологическое слияние имеет серьезные социальные последствия. В слиянии человек требует

---

<sup>1</sup> Перлз Ф. Эго, голод и агрессия. С. 170.

<sup>2</sup> Перлз Ф. Гештальт-подход и Свидетель терапии. С. 54.



сходства и отказывается терпеть любые различия. Человек должен понять, что существуют потребности и чувства, принадлежащие только ему, и что они не обязательно связаны с опасностью разобщения со значимыми для него людьми. Когда у него есть свои собственные цели, он не ищет слияния с другими и свободен в своих действиях.

*Ретрофлексия* буквально означает «оборачивание в противоположную сторону». Ретрофлектор проводит границу между собой и средой посередине себя. «Ретрофлексия означает, что какая-то функция, которая исходно была направлена от индивидуума к внешнему миру, меняет свое направление и обращается в противоположную сторону, к ее инициатору. Ее примером может послужить нарциссист, человек, который вместо того, чтобы направлять свою любовь вовне, влюбляется в самого себя»<sup>1</sup>.

При ретрофлексии человек обращается с собой так, как хотел обращаться с другими людьми или объектами. «Он перестает направлять свою энергию вовне, чтобы произвести в окружающем изменения, которые удовлетворили бы его потребности; вместо этого он направляет свою активность внутрь и делает объектом своих воздействий не среду, а себя самого. В той мере, в какой он это делает, он разделяет свою личность на две части – действующую и испытывающую воздействие. Он буквально становится своим собственным худшим врагом»<sup>2</sup>. Освобождение от ретрофлексии состоит в поиске чего-то другого, применяемого к жизни.

Интроекция проявляется в использовании местоимения «я», когда реально имеются в виду «они». Проекция связана с местоимениями «оно» или «они», когда реально имеется в виду «я». Слияние всегда связано с «мы», когда реальное значение неизвестно, а ретрофлексия проявляется в использовании рефлексивного местоимения «самому себе» или «самого себя».

На основании этих идей Ф. Перлзом и его последователями была разработана оригинальная система психотерапии, нашедшая широкое применение. В социальной психологии данный подход применяется для исследования стилей коммуникации, групповых норм, межличностного и межгруппового взаимодействия. Они используются в организационном консультировании, коучинге и профессиональной подготовке практических психологов.

---

<sup>1</sup> Перлз Ф. Эго, голод и агрессия. С. 157.

<sup>2</sup> Перлз Ф. Гештальт-подход и Свидетель терапии. С. 57.

## Глава 7. ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ПСИХОЛОГИИ В РОССИИ

История отечественной психологии требует серьезного осмысления и анализа, свободного от идеологии. В истории нашей страны было много трагических событий, которые оказали значительное влияние на развитие всей отечественной науки, в том числе и психологии. Следует, как уже отмечалось, учитывать социально-экономические, военные и политические факторы в России в разные периоды. К сожалению, нет полной и достоверной информации о научной деятельности многих отечественных ученых: что-то не сохранилось, что-то утеряно в период революции и войн, многие исследования вовсе не были опубликованы при жизни авторов, некоторые ученые были объявлены врагами народа и их работы либо уничтожены, либо где-то далеко в архивах...

В отечественных учебниках по истории психологии информация о развитии зарубежной психологии ограничена, избирательна, иногда представлена необоснованно критично. Сохраняется традиция изложения истории психологии со времен древнегреческих философов, т. е. в значительной степени это учебники по истории философии (А. Н. Ждан, В. П. Зинченко, А. В. Петровский, В. Н. Якунин, М. Г. Ярошевский и др.). В зарубежных учебниках по истории психологии почти нет информации об отечественных ученых. Фамилии наших великих физиологов Сеченова, Бехтерева, Павлова упоминаются в связи с исследованиями, создавшими основу для бихевиоризма (учения о рефлексах, рефлексология).

В истории психологии в России в хронологии обычно выделяют три периода. *Первый* – формирование экспериментальной психологии в России до революции 1917 г. *Второй* – период развития советской психологии с 1920-х гг. до 1990 г. *Третий* – развитие отечественной психологии с периода перестройки (1990-е гг.) по настоящее время.

### 7.1. Российская психология дореволюционного периода

До революции 1917 г. развитие отечественной и мировой психологии шло в одном направлении, духовная жизнь русского общества была тесно связана с общим ходом развития западной культуры, и этот период харак-

теризуется подъемом искусства и литературы. В работах выдающихся мыслителей **Николая Гавриловича Чернышевского** (1828–1889) и **Владимира Сергеевича Соловьева** (1853–1900) заложены традиции человеческого познания, они принимали неразрывность телесного и духовного, но трактовали ее либо *антропологически*, либо *теологически*. Антропологические идеи Чернышевского развивали **Иван Михайлович Сеченов** (1829–1905), **Иван Петрович Павлов** (1849–1936), **Алексей Алексеевич Ухтомский** (1895–1942). Теологический подход Соловьева поддерживали **Николай Александрович Бердяев** (1874–1948) и **Семен Людвигович Франк** (1877–1950). Таким образом, развивались два направления: *естественнонаучное* и *религиозно-философское*, которые и определяли развитие гуманитарных наук в дореволюционный период. В отличие от европейской психологии, на отечественную науку значительное влияние оказали идеи И. М. Сеченова и его программа развития психологии.

Развитие психологии в России в конце XIX – начале XX в. связано с экспериментальной психологией, приобретающей в этот период все большую популярность. Многие из отечественных ученых, получив образование в Германии и вернувшись на родину, открыли свои лаборатории и активно использовали метод эксперимента. И. М. Сеченов в своих исследованиях опирался на идеи Н. Г. Чернышевского. Закончив военно-инженерное училище и медицинский факультет в Санкт-Петербурге, он занимается физиологией, медициной и психологией. Сеченов учился за границей, где знакомился с последними достижениями психологии и физиологии, работал в лучших современных центрах И. Мюллера, В. Вундта.

В учении об условных рефлексах он утверждает, что организм без внешней среды, поддерживающей его существование, невозможен, что многообразные проявления высшей нервной деятельности являются результатом постоянных взаимоотношений организма и среды и возникают в определенных условиях существования организмов. Заимствуя положительный опыт зарубежной науки, Сеченов расхохотился в понимании некоторых явлений психологии со многими авторитетами. Проявив самостоятельность и опираясь на собственные оригинальные идеи в области физиологии и психологии, Сеченов открыл *центральное торможение* – тормозное влияние нервных центров и выдвинул предположение о том, что все *акты сознательной и бессознательной психической жизни по своей структуре и динамике рефлекторны*.

Опираясь на материалистические взгляды русских и западных мыслителей, он обосновал принцип объективной детерминации психологии: все акты сознательной и бессознательной жизни рассматривались им как рефлекс. При этом рефлекс трактовался не как механический ответ нервного центра на внешний стимул, а как согласование движения с выполняющим сигнальную роль чувствованием. Возникая во внешней деятельности, умственные операции благодаря механизму торможения преобразуются во внутриспсихические. Это положение Сеченов распространил и на становление личности. Подвергнув критике метод интроспекции, Сеченов выдвинул программу построения новой психологии, опирающейся на объективный метод и принцип развития психики в реальных взаимодействиях организма со средой.

**Владимир Михайлович Бехтерев** (1857–1927) проходил стажировку у Вундта. В 1885 г. открыл в Казани первую в России лабораторию экспериментальной психологии при психиатрической клинике. Впоследствии переехал в Петербург, совместно с **Александром Федоровичем Лазурским** (1874–1917) открыл в 1907 г. лабораторию при Психоневрологическом университете.

Бехтерев рассматривает *психологическую деятельность как рефлекторную* и выделяет ее составляющие: *внимание, рефлекс сосредоточения, мыслительная деятельность, символические рефлексы*. Он формулирует следующие общие основы *рефлексологии*:

1. Психологические процессы обусловлены рефлексамми различного типа.
2. Рефлекс является способом формирования относительно устойчивого равновесия между средой и организмом как целостной структурой.
3. Задача коллективной рефлексологии – изучение способов и проявлений коллективных рефлексов, образующих коллективную деятельность.

*Заслугой Бехтерева* является обоснование двойной детерминации личности, имеющей биологическую основу, над которой надстраивается социальное в человеке. Бехтерев настаивает на понимании личности не только как биологической машины, которую можно запрограммировать на определенные действия, но и целостной структуры, имеющей свою мотивационную основу.

**Георгий Иванович Челпанов** (1862–1936) также учился у Вундта. В 1912 г. он становится основателем первого Психологического института им. Л. Г. Щукиной при Московском университете, обобщив опыт подоб-

ных учреждений в Германии и США. Как многие тогда отмечали, лабораторное оборудование в нем было лучше, чем во всех аналогичных научных учреждениях. Челпанов сумел создать условия для научного творчества (М. Г. Ярошевский).

Он уделял внимание проблеме *предмета психологии и сущности психологического*. Развивая идеи Вундта, Г. И. Челпанов писал, что предметом психологии является состояние сознания. Психические явления – это чувства, представления, мысли и желания. Задача эмпирической психологии – определение законов душевных явлений, психических состояний и психической жизни вообще. Основным методом Челпанов считал самонаблюдение, за что его критиковали представители естественнонаучного направления. Он разделял психологию на *теоретическую* и *прикладную*. Им написан первый отечественный учебник «Введение в экспериментальную психологию» (1915), он принимал участие в организации журнала «Психологическое обозрение» (1917), в котором публиковались результаты экспериментальных исследований. Несомненной заслугой Г. И. Челпанова является организация обучения психологов экспериментальным методам.

**Николай Николаевич Ланге** (1858–1921) работал в Институте экспериментальной психологии Вундта, а в 1886 г. в Одессе открыл экспериментальную психологическую лабораторию. Занимался проблемами восприятия, внимания, памяти, мышления. Он указывал на значимость экспериментов в психологии в противовес интроспекции. В своей работе «Психология» (1918) Н. Н. Ланге рассматривает психику как жизненное приспособление, как важный фактор выживания, а биологическую полезность, целесообразность психики – как основной объяснительный принцип для психологии. Психические акты – это своеобразные способы приспособления организма, которые возникают и развиваются в ходе эволюции.

В этот же период в России развивается еще одно направление, которое оказало большое влияние на мировую психологию, объясняя взаимодействие целостного организма со средой, – *изучение поведения*. (Социальные запросы стимулировали развитие этого направления.) Формируются представления о том, что характер реакций на внешнее воздействие связан с особыми свойствами нервной системы. Восприятие (перцепция) объекта зависит от рефлекса, т. е. характер взаимоотношения организма со средой связан с рефлексами.

Павлов и Бехтерев изучали высшие нервные центры головного мозга – органы управления поведением организма в целом. Учение Павлова имело огромное значение для дальнейшего развития науки. Условный рефлекс означал, что организм приобретает и изменяет программу своих действий в зависимости от условий – внешних и внутренних. Внешние раздражители становятся сигнальными, ориентирующими в среде. Реакция закрепляется, если есть потребность организма, и не закрепляется, если ее нет.

*И. П. Павлов стал основателем российской физиологической школы. За свои научные открытия он первый из российских ученых получил Нобелевскую премию (1904). Он разрабатывал такие понятия, как условный и безусловный рефлекс, сигнал, временная связь, подкрепления, торможение, дифференцировка, управление и др.*

Естественнонаучное направление раскрывает биологические механизмы, лежащие в основе психической деятельности, оно становится ведущим и в послереволюционный период, так как соответствует материалистической идеологии, принятой в России. Но сторонники этого направления игнорировали социокультурные факторы, влияющие на развитие личности, иногда трактовали их неверно. Такая ограниченность не позволяла адекватно подходить к решению проблем, стоящих перед психологией.

С другой стороны, русские философы-идеалисты отвергали материализм: Бердяев и Франк утверждали, что для человека важно самоуглубление, путь новой России должен идти через переустройство души, ее внутреннее совершенствование. В связи с тем, что русская философия играла важную роль в обществе, эти мнения широко обсуждались в обществе. Серьезные разногласия представителей обоих направлений часто вызывали острую взаимную критику. *Общество постепенно поляризуется и требует этого от ученых.*

Следует также отметить возрастающее влияние на общество и науку идей **Карла Маркса** (Karl Heinrich Marx, 1818–1883) и **Фридриха Энгельса** (Friedrich Engels, 1820–1895), немецких мыслителей, которые занимались разработкой *диалектико-материалистической философии*. Идеи Маркса и Энгельса становятся основой социалистического и коммунистического движения, получив название «марксизм». Маркс и Энгельс являются основоположниками материалистического понимания истории. Их идеи в конце XIX в. приобрели огромную популярность и оказали значительное воздействие на развитие европейских стран и России.

В начале XX в. в России начинаются серьезные изменения: Первая мировая война, ухудшение социального положения населения во всей стране, развитие идей борьбы за права народа. В конечном итоге все эти обстоятельства приводят к Октябрьской революции 1917 г., которая остановила споры ученых: *естественнонаучный подход в психологии стал официально признанным.*

Отечественные психологи и после революции интересовались достижениями мировой науки, они были интегрированы в международное сообщество, участвовали в международных конгрессах, конференциях. Б. Г. Ананьев отмечал: «Культурное наследие буржуазии и всей истории классового общества создает богатейший материал, который не только не может быть отброшен, но который всемерно должен быть использован, развит, конкретизирован»<sup>1</sup>.

## **7.2. Развитие советской психологии в 1920–30-е гг.**

Советский период развития всей отечественной науки и психологии в том числе характеризуется сильной зависимостью ее от идеологии. В истории психологии отразилась история нашего общества с достижениями и победами, наградами и почестями – с одной стороны, и с критикой, гонениями, запретами, уничтожением работ и их авторов – с другой. Необходим адекватный анализ развития отечественной психологии, максимально отстраненный от советской идеологии.

В настоящее время возникают новые трудности, связанные с общемировыми тенденциями глобализации и интеграции, которые также сильно идеологизированы. Это, несомненно, влияет на отношение и ученых, и общественности к теориям, концепциям, подходам отечественной психологии.

Послереволюционный период характеризуется поисками новых идей в науке, в частности, в психологии, которая нуждается в реформировании. Сторонники естественнонаучного направления реализуют программу построения новой психологии. Несмотря на колоссальные экономические трудности открывается Институт по изучению мозга и психической деятельности (1918), открыто финансирование исследований И. П. Павлова (1921).

В работе «Человек развивающийся. Очерки российской психологии» В. П. Зинченко и Е. Б. Моргунов отмечают: «Такое развитие событий вы-

---

<sup>1</sup> Цит. по: *Ждан А. Н.* Указ. соч. С. 323.

глядело вполне оправданным, так как естественнонаучное направление в психологии имело то же материалистическое основание, что и идеология победившего пролетариата. Волна материализма, охватившая широкие массы и поднявшая их на борьбу, вознесла наверх и родственные научные направления, но утопила все другие. Нравственная философия и связанная с ней психология оказались не у дел, не смогли исправить приписываемые им ошибки. Шансов на выживание им дано не было. Самая крупная в России психологическая школа Г. И. Челпанова, оснащенная по последнему слову тогдашней экспериментальной техники, не получила развития. Хотя некоторые его ученики и стали впоследствии крупными советскими психологами, отказавшись от первоначальных взглядов и научных замыслов.

Традиционно в советской истории психологии взгляды этого направления оценивались как тупиковые, изолирующие индивидуально-психологические проявления в тесных границах самонаблюдения. Однако недостатки метода переносились и на явления, с которыми работала психология, на ее теоретические схемы, на ее философское обоснование... Пострадали не только философы и психологи. Сама теория психологии, лишившись альтернативных точек зрения, дискуссионного азарта на широком философском основании, медленно и неуклонно начала наполняться физиологическим содержанием. Из ее предмета исчезли такие понятия, как нравственные ценности, милосердие, интуиция и многое другое, имеющее непосредственное отношение к человеку. Зато появились рефлексы самых разнообразных оттенков. Апофеозом этого замещения стал знаменитый рефлекс цели, пришедший на смену понятиям “страсть” и “влечение”. Хочется добавить, что великий И. П. Павлов в отличие от своих последователей понимал разницу между психологией и физиологией высшей нервной деятельности и не смешивал их. Экспансии физиологических взглядов продолжались в большей степени из-за слабости того, что осталось после изгнания нравственной философии»<sup>1</sup>.

Из зарубежных концепций внимание отечественных психологов привлекали гештальтпсихология, психоанализ З. Фрейда, психотехника и тестология. Было создано «Русское психоаналитическое общество» (председатель профессор Иван Дмитриевич Ермаков), психоаналитические методы осваивались в лечебных учреждениях. Как отмечает М. Г. Ярошевский,

---

<sup>1</sup> Зинченко В. П., Моргунов Е. Б. Человек развивающийся. Очерки российской психологии. М., 1994. С. 50–51.



во всех отраслях и течениях психологии назревает потребность в единой теоретической платформе построения научной психологии.

В 1923 г. **Константином Николаевичем Корниловым** (1879–1957) «впервые в истории мировой психологической науки выдвигается требование применить марксизм в области психологии»<sup>1</sup>. Корнилов подчеркнул, что психические процессы являются свойством высокоорганизованной материи и такое понимание определяет решение вопроса о предмете психологии. Он рассматривал поведение как совокупность реакций человека на биосоциальные раздражители. Основной функцией жизненного процесса является способность организма отзываться, реагировать на внешние раздражители; таким образом, реакция является основной формой всякого жизненного проявления. Реакция – это единица поведения человека, акт биологического порядка, в котором выделены следующие компоненты: сенсорный, как раздражение органа; центральный, как процесс в центральной нервной системе, и моторный, включающий в себя двигательный импульс. Таким образом, психология должна изучать реакции живого организма. В этот период *общие методологические принципы марксизма – материализм и детерминизм* – принимаются почти всеми представителями психологии.

Исключительную роль сыграла работа И. П. Павлова «Двадцатилетний опыт» (1923), в которой описывались исследования нервных механизмов психической деятельности, что было важно для *теории материалистического понимания работы высшего отдела мозга*. В дальнейшем практически все психологи ссылались на работы великого русского физиолога.

В реактологии в 1930-х гг. «выявилось противоречие между правильно поставленными задачами новой психологии (перестройка на основе марксизма, помощь социалистическому строительству) и скуднейшей программой ее конкретного содержания (изучение скорости, силы и формы реакции). Сущность этих противоречий была вскрыта в психологических дискуссиях начала 30-х гг. (“реактологическая дискуссия”), что привело к отказу от реактологических схем и устранению понятия “реактология” из психологии»<sup>2</sup>.

Начинается новый этап – построение советской психологической науки при *творческом освоении и правильном понимании марксистско-ле-*

---

<sup>1</sup> Ярошевский М. Г. Психология в XX столетии. М., 1974. С. 415.

<sup>2</sup> Там же. С. 423.

*нинской теории*. Научную основу перестройки советской психологии составила *теория отражения* В. И. Ленина. Работы **Владимира Ильича Ленина** (Ульянова, 1870–1924) «Материализм и эмпириокритицизм» (1908) и «Философские тетради» (1914–1916) оказали серьезное влияние на теории советской психологии, в частности на *принцип активности личности и сознания* (М. Г. Ярошевский). Реализация в науке идей этих работ проходила в условиях идеологического давления, который оказывался на науку, усиливались противопоставления советских и мировых психологических исследований.

Рассмотрим существовавшие в тот период отрасли советской психологии.

В 1920–30-е гг. в СССР активное развитие получает *психотехника*, задачей которой являлось использование на производстве законов человеческого поведения для его целесообразного регулирования и воздействия на человека. Психологи акцентировали внимание на *социалистической политической ориентации исследований труда*. Основными вопросами являлись рационализация техники и производства, а также совершенствование методов профессионального обучения, переподготовка кадров, организация трудового процесса и т. п. Главные темы:

1. Разработка основ профотбора и профориентации.
2. Изучение утомляемости и усталости в процессе труда.
3. Изучение закономерностей формирования навыков в упражнении, тренировке психических функций при подготовке рабочей силы.

Психотехника в нашей стране переживала бурное развитие: в 1923–1932 гг. было создано 200 психотехнических лабораторий, действовало Всесоюзное психотехническое общество. В плане разработки задач и методов исследования советская психотехника развивалась в русле мировой прикладной психологии. Но уже в 1920-е гг. появляется тенденция к отделению советской психотехники от зарубежных исследований, говорится о ее классовом характере; начинаются дискуссии, критика работ по психотехнике. В 1940 г. была закрыта последняя психотехническая лаборатория, и лишь в 1957 г. состоялось специальное совещание по вопросам психологии труда. Именно тогда вновь начинаются исследовательские работы в этой области.

Задачи социального воспитания стимулировали развитие *педагогической психологии*, которая рассматривала вопросы возрастного развития детей, формирования коллектива, влияния общественной среды на личность,

эффективности обучения и др. В этой отрасли было выполнено большое количество работ. Формируются система взглядов на личность ребенка и детский коллектив, новое понимание психического развития, идеи которого обосновали **Михаил Яковлевич Басов** (1892–1931) и **Лев Семенович Выготский** (Лев Симхович Выгодский, 1896–1934).

Басов указывал на необходимость *связи теории с практикой*. Он приходит к выводу, что *предметом психологии является поведение, основным методом – наблюдение*. Главными темами его исследований были детская психология и развитие личности ребенка, особое значение придавалось культуре наблюдения, итогом которой становится характеристика ребенка, целью является *понимание личности ребенка*. А. Н. Ждан отмечает, что анализ работ Басова позволяет утверждать, что именно *он первым в отечественной психологии разрабатывал идеи деятельности и представления о ее структуре*.

В 1920-е гг. *педология*, или наука о ребенке, распространяется в России как широкое педологическое движение, формируются новые методы обучения. *Педология ставила задачу – помочь в воспитании нового человека нового общества*. На педологическом съезде в 1928 г. была выработана общая платформа развития отечественной детской психологии. Педология была задумана как комплексная наука, включающая исследования разных дисциплин, изучающих развитие человека. Но научный синтез не был осуществлен, и данные анатомии, физиологии, педагогики и психологии не удалось связать в общую теорию. Зачастую качественные особенности развивающегося человека сводили к биологическим характеристикам.

Одним из сторонников педологии был **Павел Петрович Блонский** (1884–1941). Он отверг трактовку психологии как науки о душе или о явлениях сознания и утверждал, что ее *объектом является поведение*. Блонский рассматривал поведение в ходе его развития, как особый исторический процесс, зависящий от социальных воздействий. Особое значение он придавал практической направленности психологии, исследовал этапы формирования личности ребенка, большое внимание уделял проблемам одаренности и трудновоспитуемым детям. Важное значение для детской психологии имели работы Блонского, посвященные памяти и мышлению. Он сформулировал генетическую (стадиальную) теорию памяти, согласно которой различные виды памяти рассмотрены как этапы развития человека, его речи, мышления.

Педологи использовали метод научного наблюдения, анкеты, естественный эксперимент, тесты, статистику. Методы выбирались в зависимости от возраста ребенка. В начале 1930-х гг. появляются критические статьи, направленные против педологии и детской психологии, связанные с их действительными и мнимыми ошибками. Критику вызвало не только отсутствие квалифицированных психологов-практиков в учебных заведениях, но и теоретические положения педологии. Основная же ее причина была связана с тем, что формирование активной, творческой личности и индивидуальный подход к каждому ребенку не были актуальными в условиях той социальной действительности.

В эти годы закончилось формирование тоталитарного государства. Свобода, ушедшая из жизни общества, уходила и из школы, которая вместо отношений кооперации, сотрудничества между учителями и учениками вводила иерархические отношения, подчинение и послушание. В 1936 г. выходит постановление «О педологических извращениях в системе Наркомпроса»<sup>1</sup>, что привело к директивному закрытию педологии. Было прервано развитие психологических школ и традиций, что является необходимым условием формирования любой науки. Педология была запрещена, объявлена антимарксистской, реакционной буржуазной лженаукой. Полностью были ликвидированы все педологические учреждения и учебные факультеты. Педологов увольняли с работы, некоторых арестовывали, их работы были изъяты из библиотек и стали недоступны, так идеология продолжила влияние на развитие психологии в России. В постсоветский период в публикациях рассматривали губительное влияние на науку и педологию тоталитарного советского режима, но, как отмечает А. Н. Ждан, предметный анализ педологии как варианта комплексной науки проделан недостаточный.

В 1930-е гг. развивается *патопсихология*. На основе идей Павлова и Бехтерева проводится большое количество экспериментов. В этот же период Л. С. Выготский выдвигает гипотезу *о смысловом и системном строении сознания*. Изучение распада высших психических функций становится темой патопсихологии. Идеи Выготского получили развитие в ра-

---

<sup>1</sup> Наркомпрос – Народный комиссариат просвещения. Центральный орган государственного управления РСФСР, руководивший школьным, профессиональным и высшим образованием, а также театрами, музеями, культурой и наукой в Республике в 1920–30-е гг.

ботах Б. Г. Ананьева, А. Р. Лурии, Б. В. Зейгарник и др. Высокий уровень развития этого направления обеспечил успешную работу советских психологов по реабилитации раненых во время Великой Отечественной войны (М. Г. Ярошевский).

### **7.3. Основные теории, концепции и принципы отечественной психологии 1940–90-х гг.**

К началу 1940-х гг. советская психология имела серьезные достижения. Развивается теория психологии, широко проводится исследовательская работа. Главной является линия на обновление психологии в духе марксизма. Многие теории и идеи были объявлены буржуазными и запрещенными для изучения. Так из советской психологии был «изъят» психоанализ, сильной критике подвергались гештальтпсихология и бихевиоризм. Отечественная психология развивалась в русле идей *марксизма-ленинизма*, что и обусловило ее *советскую* идеологическую направленность и отрицание идей и методов «буржуазной психологии».

В теории психологии большое значение имело становление диалектических концепций, которые значительно повлияли на развитие отечественной психологии. К ним в первую очередь относятся идеи Л. С. Выготского.

Используя понятия «*психологическое орудие*», «*знак*», «*значение*», Л. С. Выготский *создает теорию происхождения, структуры и развития высших психических функций*. Он показал, что в процессе культурного развития формируются новые высшие психические функции как специфически человеческие формы психики: *мышление в понятиях, разумная речь, логическая память, произвольное внимание*. Исследуя развитие ребенка, Выготский доказал важность значения в его развитии *слова*. В книге «Мышление и речь» (1934) он развивает идею системного и смыслового строения сознания. Выготский *создает культурно-историческую концепцию в психологии* (теорию), отрицая естественное, природное развитие психики человека. Он обосновывает закономерность формирования человеческой психики путем «*интериоризации*» («Развитие высших психических функций», 1931). Им был сделан вывод о ведущей роли обучения в психическом развитии, что означало – обучение идет впереди развития. Область доступного ребенку при сотрудничестве со взрослыми называется *зоной ближайшего развития*, а область самостоятельно выполняемого – *зоной актуального развития*. Это обязана учитывать педагогическая практика, которая должна ориентироваться на «завтрашний день детского развития».

Диапазон исследований Выготского огромен: общая психология, детская психология, психология искусства, дефектология, методология психологии. Значение идей Выготского для современной психологии еще не полностью оценено, так как с его работами знакомы немногие специалисты, хотя в 1982–84 гг. и вышел шеститомник его трудов. С восстановлением широких контактов с зарубежными учеными после перестройки работы советских психологов начинают переводить на разные языки, что вызывает интерес к отечественной психологии и к творчеству Л. С. Выготского.

Одним из выдающихся теоретиков советской психологии был **Сергей Леонидович Рубинштейн** (1889–1960). Он разрабатывал философские проблемы психологии, сформулировал важнейшие методологические принципы психологии, опираясь на достижения всей мировой и отечественной научной мысли. *Принцип единства сознания и деятельности составил основу деятельностного подхода в отечественной психологии.* Деятельность и сознание образуют единство. Осознание собственной деятельности изменяет ее протекание и перестает быть совокупностью ответных реакций на внешние раздражители. С. Л. Рубинштейн – автор фундаментального учебника «*Основы общей психологии*» (1940), которым до сих пор пользуются психологи и который стал образцом отечественных учебников по психологии. Он первый из психологов был награжден Сталинской премией (1942) и стал первым психологом – членом-корреспондентом Академии наук СССР (1943).

Рубинштейн выделил *три основных вида деятельности: труд, игра, учение*; сделал их описание, раскрыл их связь с развитием личности. Деятельность понимается им как взаимодействие субъекта с окружающим миром; это процесс, через который реализуется отношение человека к окружающему миру. Рубинштейн выделял такие существенные особенности деятельности, как *субъектность; содержательность, реальность и предметность; связь с творчеством* и др. Исследуя мышление, он формулирует положение *о психическом как о процессе* и определяет задачу психологии – раскрытие закономерностей психического процесса («Бытие и сознание», 1957; «О мышлении и о путях его исследования», 1958). Труды С. Л. Рубинштейна служат важным источником развития отечественной психологии.

Идеи влияния исторического развития на психику человека получили дальнейшее развитие в работах **Алексея Николаевича Леонтьева** (1903–

1979). Одной из значимых тем его исследований становится *деятельность*. Категории *деятельности, сознания и личности* наиболее важны в психологии с точки зрения развития психики человека (об этом он пишет в книге «Деятельность. Сознание. Личность», 1975). Леонтьев утверждал, что развитие деятельности приводит к возникновению психического отражения реальности в ходе эволюции, т. е. деятельность порождает психическую жизнь. Предметные потребности определяются как внутренние состояния организма. Деятельность должна быть понята как процесс, осуществляющий жизнь субъекта, и его целью является удовлетворение потребностей субъекта. Опираясь на культурно-историческую концепцию Выготского, Леонтьев изучает проблемы возникновения и развития психики и выделяет три стадии развития психики в онтогенезе:

1. Элементарная сенсорная психика.
2. Перцептивная психика (т. е. формирование образа).
3. Стадия интеллекта («Развитие психики», 1946).

Деятельность осуществляется субъектом и предполагает раскрытие понятия личности как продукта всех отношений человека в мире. А. Н. Леонтьев объяснял значение деятельности для понимания центральных психологических проблем: сущности и развития психики сознания, функционирования различных форм психического отражения личности. В учении о деятельности он рассматривал ее структуру, динамику, виды и ее связь с сознанием. А. Н. Леонтьев исследовал проблемы деятельности и мотивации, действия и цели, операции и способы осуществления деятельности. Концепция деятельности в настоящее время представляет интерес для зарубежных ученых. В 1986 г. было создано Международное общество культурных исследований и теории деятельности.

Развитие психологической системы Л. С. Выготского продолжил **Александр Романович Лурия** (1903–1977). Его исследования входят в качестве составной части в *школу Выготского, Леонтьева, Лурии* (А. Н. Ждан). Он проводил *исследования роли культурных факторов в развитии высших психических функций*, которые доказали, что смена деятельности, образование и социальный опыт вызывают качественное изменение в мышлении человека («Язык и сознание», 1979). Лурия продолжал работы по изучению мозговой организации – исследования локальных поражений мозга, особенно в период Великой Отечественной войны. Эти исследования становятся основой *теории системной динамической локализации высших психических функций*. Возникло

новое направление в психологии – *нейропсихология*, основателем которого стал А. Р. Лурия. Нейропсихологические исследования включали изучение роли разных участков мозга в организации психических процессов и возможности восстановления нарушений отдельных психических функций при локальных поражениях мозга. Большое место в научной деятельности А. Р. Лурии занимали вопросы *нейролингвистики* («Основы нейропсихологии», 1973; «Основные проблемы нейролингвистики», 1976).

**Петр Яковлевич Гальперин** (1902–1988) разрабатывал другой аспект теории деятельности А. Н. Леонтьева – процессуальный. В *учении о поэтапном формировании умственных действий* Гальперин обосновал следующие идеи:

- Предметом психологии является ориентировочная деятельность субъекта.
- Психика во всех проявлениях – это *ориентировочная деятельность субъекта в проблемных ситуациях*.
- Ориентировочный рефлекс определяется как система физиологических компонентов ориентировки.

Ориентировочная деятельность – это обследование обстановки, которое включает в себя потребности, выполняющие задачу исходного и основного начала ориентировки в ситуации; чувства, выступающие как средства переориентировки в ситуации; переживания как особый способ ориентировки в жизненных условиях; волю как особую форму душевной жизни («Введение в психологию», 1976). В теории Гальперина методом исследования психики как ориентировочной деятельности становится формирующий эксперимент, который включает составление схемы действия, организацию его поэтапного выполнения (через промежуточные этапы), отработку действий на каждом этапе под контролем. Итогом являются сформированные навыки, знания, акты восприятия. Метод формирующего эксперимента нашел широкое применение в обучении и воспитании и представляет интерес для распространения в сфере профессиональной подготовки и других видов деятельности.

Область исследований отечественных психологов довольно широка: проблемы индивидуального развития, разработка системной модели человекознания, вопросы истории психологии (Б. Г. Ананьев); психофизиологические основы индивидуальных различий – создание школы дифференциальной психологии, разработка проблемы способностей и одаренности (Б. М. Теплов); теория установки личности (Д. Н. Узнадзе); изучение твор-



ческого мышления и интуиции, психология творчества (Я. А. Пономарев); проблемы темперамента и различных видов деятельности, концепция интегральной индивидуальности (В. С. Мерлин); экспериментальная патопсихология (Б. В. Зейгарник); история и методология психологии (М. Г. Ярошевский); детская психология (Л. И. Божович), а также вопросы общей психологии в сфере внимания (Н. Ф. Добрынин), памяти (А. А. Смирнов), мышления (О. К. Тихомиров) и др.

В 1990-е гг. с началом перестройки происходит очередная «переоценка ценностей»: критикуют почти все достижения отечественной психологии за их связь с марксизмом. Из библиотек и образовательных программ изымаются труды классиков марксизма-ленинизма. Появляются в большом количестве и разном качестве переводы книг зарубежных ученых, при этом расширяется интерес к достижениям отечественной психологии, в частности к идеям Л. С. Выготского, А. Н. Леонтьева, А. Р. Лурии.

Одной из основных тенденций отечественной психологии является ее ориентация на практику, поэтому происходит анализ существующих теорий с целью практического их применения. Проводится работа по изучению тех теорий и подходов, которые были запрещены или имели ограничения в советский период. Идет активная работа по выработке новых, отвечающих современности идей. Налаживаются и расширяются связи с мировой психологической общественностью, происходит интеграция зарубежных теорий, подходов и методов в психодиагностике и психотерапевтических техниках. Появляются новые отрасли практической психологии: психология менеджмента, рекламы, управления, развития человеческих ресурсов, психология бизнеса, а также новые сферы общественной жизни, в которых используются психологические знания. Активно развивается психодиагностика в системе образования и профотборе, при этом широко используются зарубежные тесты и опросники, иногда без апробации и адаптации на выборке отечественных респондентов. К сожалению, не всегда психологи знают теоретические основания выбранного метода и его ограничения, что приводит к неверной интерпретации результатов, поэтому актуальным становится изучение основных теорий и подходов и зарубежной, и отечественной психологии.

Перспективной является разработка программ подготовки психологов, в том числе и совместных с зарубежными специалистами. Отечественная психология становится востребованной наукой, растет интерес к ней со стороны смежных наук и социальной практики.

## Глава 8. БИХЕВИОРИЗМ. СТИМУЛ-РЕАКТИВНАЯ ТЕОРИЯ

В 1913 г. американские психологические направления структурализм и функционализм были опротестованы Дж. Уотсоном в его программной статье «Психология с точки зрения бихевиориста» («Психология глазами бихевиориста»). Новое направление получило название бихевиоризм, а **Джон Уотсон** (John Broadus Watson, 1878–1958) стал его лидером. Уотсон объявил, что его задачей является формальное основание новой психологической школы.

В Чикагском университете Уотсон занимался исследованиями в области функциональной психологии. Получил степень доктора философии, преподавал. Проводил исследования на животных, говорил, что не хочет проводить опыты на людях, так как неприятно быть подопытным, он чувствует себя неловко в искусственных ситуациях. Его статья в «Психологическом обозрении» становится основанием, началом нового направления в психологии – бихевиоризма:

«Психология, с точки зрения бихевиоризма, – это сугубо объективная ветвь естественной науки. Ее теоретическая цель – предсказание поведения и контроль за ним. Интроспекция и самоанализ не являются важной частью ее метода... Бихевиорист, в своем стремлении открыть единую систему реакций и чувств животных, не признает деления на человека и животное... Похоже, что пришло время, когда психология просто обязана отбросить всякие ссылки на такое понятие, как сознание»<sup>1</sup>.

### 8.1. Теория Дж. Уотсона

Основные идеи Уотсона были достаточно просты. Он призывал научную психологию заниматься только *наблюдаемым поведением, которое можно описать в терминах «стимул – реакция»*. Позднее психология Уотсона отвергает все теории и термины, связанные с процессом мышления. Понятия «образ», «разум», «сознание», которые традиционно применялись в философии и психологии, для науки о поведении потеряли всякий смысл. «Уотсон особенно упорствовал в опровержении концепции созна-

---

<sup>1</sup> Цит. по: Фрейджер Р., Фейдимен Д. Указ. соч. С. 362.

ния. Он говорил, что еще никто и никогда “не видел, не трогал, не нюхал, не пробовал на зуб и не двигал” сознания. Сознание – “это не более чем научное допущение, столь же недоступное для опытной проверки, как старое понятие “души”»<sup>1</sup>.

Уотсон утверждал, что *все знания зависят от внешних обстоятельств, а вся человеческая деятельность является обусловленной и предопределена этими условиями*. Он развивал идеи и положения, которые соответствовали интеллектуальному «духу времени». *Основу бихевиоризма составили философские традиции объективизма и механицизма, зоопсихология и функциональная психология*. Уотсон требовал большей объективности в психологии и учета только тех фактов, *истинность которых не составляет сомнений*. Идеи механицизма, материализма и объективизма были в то время достаточно сильны в науке, что и привело к появлению нового направления психологии, в котором не упоминали ни душу, ни сознание, ни разум, в результате чего психология впоследствии стала рассматривать людей как машины. История повторялась: Декарт сформулировал еще в XVII в. идею о том, что организм – это работающий механизм.

Уотсон указывал на связь между зоопсихологией и бихевиоризмом, который использовал исследования поведения животных для установления соответствий с поведением человека. Зоопсихология развивалась на основе эволюционной теории и пыталась выявить наличие разума у животных. Бихевиоризм также использовал *теорию научения Эдварда Ли Торндайка* (Edward Lee Thorndike, 1874–1949), в которой основное внимание уделялось внешнему поведению. Торндайк рассматривал связи между раздражителем и реакцией организма и разработал *«проблемный ящик»*, с помощью которого проводил исследования животных. Способ обучения животных стал называться *методом проб и ошибок*. Им были выявлены *законы научения: закон эффекта, закон упражнения и др.*

*Работы И. П. Павлова и В. М. Бехтерева* также оказали влияние на теорию Уотсона в части новых методов и новых средств для осуществления контроля поведения и попыток его модификации. Т. Лихи пишет: «Уотсон считал, что человеческие существа поддаются изменению в неограниченных пределах благодаря научению. В качестве базиса процесса научения он принял обусловливание по Павлову и таким образом полностью отбросил одну сторону дуализма “душа – тело”, превратив тело в обучающую»

---

<sup>1</sup> Шульц Д. П., Шульц С. Э. Указ. соч. С. 248.

юся машину. Мозг не являетсяместилищем души и дажеместилищем поведения. Это лишь передаточный орган между стимулом и реакцией. Уотсон включил в поведение мышление и речь, рассматривая их как тонкие, едва различимые телесные действия. Уотсон вел наступление на существовавшую в то время психологию по четырем главным направлениям, добиваясь: (а) замены интроспекции объективными методами исследования; (б) замещения содержания психики (ощущений, идей, апперцепции) поведением; (в) смещения акцента с объяснения на предсказание и контроль поведения; (г) признания точки зрения, что между животными и человеком не существует качественного различия и что те же наблюдательные методы могут использоваться при исследовании как животных, так и человека. Уотсон позаимствовал термины «стимул» и «реакция» из биологии и превратил бихевиоризм в S – R психологию. Мир стимулов – это предварительное условие, или вход (input), реакция – его следствие, или выход (output)»<sup>1</sup>.

Акцент на поведение становился все более значимым в американской психологии, так как многие выражали свое несогласие с методом интроспекции. Специалисты в области прикладной психологии высказывались за объективную психологию, которая будет сосредоточена на изучении поведения. Д. П. Шульц и С. Э. Шульц отмечали: «Величие Уотсона состоит не в том, что он первым предложил новую идею, но в том, что он услышал – возможно, более ясно, чем кто-либо другой, – к чему призывает время. Он энергично отозвался на этот зов и стал адептом революции, в неизбежности и успехе которой он не сомневался, так как эта революция уже совершилась»<sup>2</sup>.

Идеи Уотсона были с энтузиазмом приняты молодыми психологами, он хотел, чтоб бихевиоризм имел практическое значение, поэтому обучал и продвигал специалистов в прикладной психологии.

В результате бракоразводного процесса Уотсона вынудили подать в отставку, и его академическая карьера была закончена. Ни один университет не пригласил его на работу, многие коллеги из научного мира открыто его критиковали. Уотсон пришлось начать карьеру в качестве психолога в области рекламы. Уотсон полагал, что люди действуют, как машины, и что их поведение в качестве потребителей можно контролировать и предсказы-

---

<sup>1</sup> Лихи Т. История современной психологии. СПб., 2003. С. 59.

<sup>2</sup> Шульц Д. П., Шульц С. Э. Указ. соч. С. 271.

вать, как и поведение других машин. Чтобы управлять потребителем, «необходимо лишь поставить перед ним фундаментальный или условный эмоциональный стимул... сказать ему что-то такое, что скует его страхом или вызовет легкое раздражение, или вызовет приступ нежности и любви, или коснется глубоко запрятанных психологических или житейских потребностей»<sup>1</sup>.

С этого времени начинается популяризация бихевиоризма в США. Уотсон выступал на радио, публиковался в популярных журналах, читал лекции. Он излагал идеи понятным, простым языком. Так как Уотсон не имел возможности помещать свои работы в научных журналах, он начал «продавать» свои идеи широкой публике. В книге «Психологическое воспитание ребенка» (1928) он описал систему воспитания, которая способствовала бы формированию у ребенка устойчивых связей с окружающей средой. В книге были советы и рекомендации по воспитанию в духе бихевиоризма. Поколения детей в США, включая и его собственных, были воспитаны по этой книге. В 1957 г. Американская психологическая ассоциация проголосовала за то, чтобы внести имя Дж. Уотсона в почетный список, оценив его работу как одну из определяющих в современной психологии, как исходную точку многих плодотворных исследований различных направлений (Д. П. Шульц и С. Э. Шульц).

*Уотсон использовал метод наблюдения, в том числе с применением приборов, методы тестирования, условных рефлексов, дословной записи.* При тестировании он предложил оценивать не психологические качества человека, а поведение. Результатами теста являлись не показатели ума, личных качеств, а реакция испытуемого на стимулы ситуации. Метод дословной записи противоречив, но это компромисс с интроспекцией, поэтому Уотсон ограничил этот метод ситуациями, в которых реакции могут быть подтверждены наблюдениями. Речевые реакции – объективно наблюдаемые, поэтому они интересны для бихевиоризма. Уотсон считал, что условные рефлексы вырабатываются, когда реакция связывается или ассоциируется с раздражителем, отличным от того, который первоначально вызывал эту реакцию. Уотсон выбрал этот подход как обеспечивающий объективные методы исследования и анализа поведения – т. е. сведение поведения к единичным парам «стимул – реакция». Все поведение можно свести к этим элементарным составляющим. Это было продолжением традиций

---

<sup>1</sup> Шульц Д. П., Шульц С. Э. Указ. соч. С. 279.

редукционизма. Уотсон считал, что путем анализа совокупностей пар «стимул – реакция» и разложения их на элементарные составляющие можно разработать определенные законы поведения. Он отказался от концепции инстинктов, не признавал существования наследственных дарований любого рода, полагая, что научение – ключ к человеческому поведению. Поведение же зависит от обучения и тренировок.

Эмоциональные реакции взрослых нельзя сводить к сексуальным факторам, как это делал Фрейд. Уотсон отстаивал мнение, что проблемы взрослых связаны с обусловленными реакциями, сформированными в детстве или подростковом возрасте. Чтобы предотвратить эти реакции у взрослых, необходимо правильное воспитание детей, т. е. практический контроль их поведения. Вывод из этого простой – из ребенка можно сделать все, что пожелает воспитатель. Уотсон делал акцент на религиозное значение воспитательной и окружающей социальной среды, им была разработана *программа экспериментальной этики*, которая стала причиной необыкновенной популярности бихевиоризма.

Американское общество было взбудоражено призывом Уотсона создать общество, базирующееся на научно обоснованном поведении, свободное от мифов. Эта идея давала надежду многим, кто разочаровался в старых идеях. Бихевиоризм стал чем-то вроде религии. Уотсон внес огромный вклад в то, что психология завоевала признание в США, он сделал для популяризации психологии больше, чем кто-либо до него (Д. П. Шульц, С. Э. Шульц).

## 8.2. Необихевиоризм

К 1930 г. бихевиоризм в США вытеснил все психологические течения. Главным интересом американской психологии становится *процесс научения*. Период американской психологии 1930–1960 гг. связан с именами таких ученых, как **Эдвард Чейс Толмен** (Tolman Edward Chase, 1886–1959), **Кларк Леннард Халл** (Clark Leonard Hull, 1884–1952), **Бёррес Фредерик Скиннер** (Burrhus Frederic Skinner, 1904–1990). Их теории объединяли следующие положения:

- Главное в психологии – исследование процесса научения.
- Большинство видов поведения подчиняются законам условных рефлексов.
- Психология должна принять принципы операционизма.

*Операционизм* – некий общий подход, целями которого являются выработка научной терминологии, наиболее точной и объективной, и избавление науки от тех проблем, которые не являются фактически наблюдаемыми или физически воспроизводимыми (псевдопроблемы). Отсюда, концепция – это аналог набора операций или процедур, которые ее определяют. Бихевиористы в качестве псевдопроблемы отрицали индивидуальное сознание, так как оно не может быть исследовано с помощью объективных методов.

Толмен предположил, что *причины поведения включают пять основных независимых переменных: стимулы окружающей среды, психологические побуждения, наследственность, предшествующее обучение и возраст*. Поведение является функцией всех этих переменных, что выражается математическим уравнением. Между этими наблюдаемыми независимыми переменными и результирующим ответным поведением (зависимой наблюдаемой переменной) Толмен ввел набор ненаблюдаемых факторов – *промежуточные переменные*. Они являются детерминантой поведения и представляют внутренние процессы, которые связывают стимулирующую ситуацию (*S*) с наблюдаемой реакцией (*R*). Формула бихевиоризма теперь должна читаться *S – O – R*. *Промежуточными переменными является все, что связано с O, т. е. с организмом*.

*Пример*. Промежуточной переменной является голод, который не видно ни у животных, ни у людей. Но его можно связать с экспериментальными переменными – временем, в течение которого организм не получал пищу, или ее количеством и скоростью поглощения, т. е. можно получить эмпирическую оценку.

В работе «Принципы поведения» (1943) Толмен утверждал, что для большей объективности законы поведения должны выражаться законами математики. Основанием для мотивации поведения являются потребности организма, возникающие в результате отклонения от оптимальных биологических условий, но Толмен не использует понятие биологической потребности, а применяет термин «*побуждение*» (стимул). Подавление или удовлетворение потребностей является основой для подкрепления. Он выделял первичные потребности (биологические и связанные с выживанием) и вторичные потребности (связанные с научением и окружающей средой).

*Теория Халла* сосредоточена на *принципе подкрепления*. Если связь между стимулом и реакцией сопровождается снижением потребности ор-

ганизма, то возникает вероятность, что при последующем возникновении такого же стимула будет возникать такая же реакция. Связь между S и R усиливается в результате многократных повторений подкрепления. Сила связей S – R – это сила привычек. Научение не может произойти при отсутствии подкрепления, которое необходимо, чтобы ослабить побуждение (Д. П. Шульц, С. Э. Шульц).

Самой влиятельной фигурой в американской психологии в течение нескольких десятилетий был *Б. Ф. Скиннер*. О нем писали как о ведущей фигуре в бихевиоризме. Скиннер разработал *концепцию оперантного научения, программу бихевиорального контроля общества и методики модификаций поведения*; при этом он оспаривал *вклад теории в развитие науки*, собственную работу рассматривая как систематический эмпиризм, и постоянно боролся с попытками заполнить разрыв между наблюдаемыми событиями при помощи подразумеваемых или гипотетических переменных.

Скиннер утверждал, что воздействие окружающей среды определяет наше поведение. Он считал, что почти всецело поведение непосредственно обусловлено возможностью подкрепления из окружающей среды. Чтобы объяснить поведение, нужно проанализировать функциональные отношения между видимым действием и видимыми последствиями. Поведение можно достоверно определить, предсказать и проконтролировать условиями окружения. *Понять поведение – значит проконтролировать его, и наоборот*. Скиннер писал, что «так как наука развивается от простого к сложному, логично изучать существа, находящиеся на более низкой ступени развития, прежде чем изучать самого человека – это позволит психологу легче раскрывать основные процессы и принципы поведения... Конечно, проблема в том, сколько данных, полученных при изучении одного вида (например, крыс), действительно применимо к другим видам (например, человеку)... Скиннер отстаивал мнение, что вместо того, чтобы делать предположения о поведении несуществующего усредненного индивида, психологи должны пытаться предсказывать влияние одной или более контролируемых переменных на обусловленный компонент поведения отдельного организма в контролируемом окружении»<sup>1</sup>. Практическими целями являются возможность манипулирования переменными окружающей среды (независимыми), которые позволяют делать прогноз, и затем измерение поведенче-

---

<sup>1</sup> *Хьелл Л., Зиглер Д.* Теории личности (Основные положения, исследование и применение). СПб., 1997. С. 337.



ской реакции (зависимые переменные). Таким образом, психологи могут работать в рамках естественной науки. Таким образом, Скиннер начал распространять *радикальный бихевиоризм* на поведение человека.

Скиннер обосновал *оперантное* и *респондентное поведение*. В работе «Поведение организмов» (1938) он излагает принципы *оперантного обусловливания*. Оперантное поведение возникает без внешних наблюдаемых раздражителей, оно воздействует на окружающую организм среду и кажется спонтанным. Респондентное поведение подразумевает характерную реакцию, вызываемую известным стимулом.

*Примеры.* Респондентное поведение: сужение или расширение зрачка на воздействие света, дрожь при холоде, подергивание колена при ударе молоточком по коленному сухожилию. Оперантное поведение: написание книги, выполнение гимнастических упражнений и пр. (контролируются результатами, следующими за этими реакциями).

Если последствия благоприятны для организма, вероятность повторения операнта в будущем усиливается, и если они неблагоприятны и не подкреплены, то вероятность получить оперант<sup>1</sup> уменьшается. Поведение носит оперантный характер, поэтому необходимо изучать его *обусловливание* и *угасание*. Сила оперантного поведения возрастает, если оно подкреплено, и угасает, если нет подкрепления. Оперантное поведение контролируется негативными, или *аверсивными*, последствиями, которые ослабляют поведение, порождаящее их. Скиннер пришел к выводу о возможности полного контроля за поведением любого организма, опираясь на свои опыты с животными.

Изучая *роль наказания* в приобретении разных навыков и воздействие систем подкрепления на них, Скиннер выделял *позитивное* и *негативное* наказание. Позитивное связано с реальным наказанием (детей бранят, шлепают за плохое поведение), негативное – с устранением позитивного стимула (детям не дают смотреть мультфильмы из-за плохого поведения).

Он проповедовал *идею модификации* поведения – т. е. использование подкрепления для контроля или модификации поведения личности или группы. Модификация поведения путем подкрепления – одна из самых популярных методик, которая используется для изменения ненормального

---

<sup>1</sup> Оперант – любое поведение, которое демонстрирует организм и которое может быть охарактеризовано в терминах его воздействия на окружающую среду. Операнты, в отличие от респондентов, существуют без предшествующих стимульных условий.

или нежелательного поведения. *Модификация поведения действует как метод оперантного обусловливания, путем подкрепления желательного и неподкрепления нежелательного.* Скиннер отказывался от наказания и верил, что модификационное поведение более эффективно, чем наказание.

*Пример.* Если ребенок устраивает истерику, чтоб привлечь к себе внимание или что-то получить, то удовлетворение его требований является подкреплением истерики. Если родители не будут реагировать на крики, то они не будут ее подкреплять. Нужно подкреплять желательное поведение, и тогда оно изменится.

Программы модификации поведения доказали свою эффективность при изменении поведения пациентов психиатрических клиник. Эти методы используются в *бихевиоральной терапии*, которая использует идею о том, что психические расстройства и неврозы приобретены в результате ошибочного прошлого научения. Задача терапевта – определить неподходящее поведение, от которого следует избавиться, уточнить желаемое новое поведение и определить режимы подкрепления, которые требуются, чтобы сформировать это желаемое поведение. Эти задачи решаются при выполнении пациентом определенных действий.

Концепция скиннеровского оперантного научения широко используется в психофармакологии, образовательных технологиях, психолингвистике, промышленном менеджменте, психотерапии и в других сферах общественной практики.

Несмотря на постоянную критику скиннеровской теории американская психология формировалась под влиянием его идей. В 1968 г. Скиннер был награжден Национальной медалью, высшей наградой США, за выдающийся вклад в науку. Скиннер хотел улучшить жизнь отдельных людей и общества в целом, применение его принципов остается популярным до сих пор (Л. Гарднер, Д. Зиглер, Т. Лихи, К. С. Холл, Л. Хьелл, Д. П. Шульц, С. Э. Шульц и др.).

### **8.3. Социальный бихевиоризм**

Начиная с 1960-х гг. в американской психологии развивается тенденция к изучению когнитивных процессов. В научные исследования возвращается тема *сознания*. Идеи бихевиоризма развиваются в новом направлении. Представителями *социально-когнитивного направления* становятся **Альберт Бандура** (Albert Bandura, 1925–1988) и **Джулиан Роттер** (Julian

Rotter, 1916–2014). Они учитывали процесс социализации человека и влияние внутренних факторов: саморегуляции, ожидания, значимости подкрепления.

*Социальная когнитивная теория Бандуры* подчеркивает влияние на внешние схемы подкрепления таких установок, как вера, ожидания, инструкции, но общий подход основан на бихевиоризме. Согласно ей, поведенческая реакция не включается автоматически, как у машин. Человек сознательно воспринимает положительное подкрепление, он предвидит его получение в случае соответствующего поведения.

Бандура эмпирически доказал, что человек может освоить практически все виды поведения без непосредственного получения какого-либо подкрепления, может учиться на чужом *опыте посредством косвенного подкрепления*, наблюдая за поведением других людей и последствиями этого поведения. Он способен прогнозировать и оценивать последствия того, что он наблюдал и что не пережито на личном опыте. А. Бандура вводит понятие *промежуточного механизма* между стимулом и реакцией, этот механизм – *когнитивные процессы личности*.

Важна не сама схема подкрепления, а то, что думает об этом подкреплении человек. Мы учимся при помощи моделирования, наблюдая за другими и примеряя на себя их модели поведения. Согласно взглядам Бандуры, тот, кто контролирует модели в обществе, контролирует и поведение. Человек склонен моделировать поведение людей того же, что и у него, пола, возраста, статуса и т. п. Более простые модели поведения тиражируются чаще, агрессивное и враждебное поведение – с большей готовностью, особенно детьми.

Подход Бандуры получил название *теории социального научения*. Он вводит понятие «*эффективность личности*», трактуя его как чувство самоуважения и собственного достоинства, адекватность и умение решать жизненные задачи. Люди с высокой эффективностью считают, что они справятся с неблагоприятными событиями и обстоятельствами жизни. Они готовы преодолевать препятствия, ищут испытаний, усложняют свои задачи, поддерживают уверенность в своих силах. Люди с низкой эффективностью при возникновении препятствий ощущают беспомощность, считают, что не справятся с проблемой; если первая попытка была неудачной, то отказываются от последующих.

В модификации поведения используется моделирование: испытуемые наблюдают за «моделью» в таких ситуациях, которые кажутся пу-

гающими или провоцируют тревогу. В результате обучения на наглядном примере «неправильные реакции» изменяются. Методы, разработанные Бандурой, получили экспериментальное подтверждение и доказали свою эффективность при избавлении от различных фобий, неврозов, тревожных состояний и т. п. Бандура утверждал, что не стоит ожидать новых открытий в психологии, если игнорировать социальное взаимодействие.

Дж. Роттер первым использовал термин «*теория социального научения*» (1947). Он, в отличие от радикальных бихевиористов, признавал существование внутренних субъективных переживаний и утверждал, что люди обучаются типам поведения на основе социального опыта. Человек способен влиять на переживания, которые воздействуют на его жизнь. Сущность и степень влияния внешних факторов и подкрепления определяются когнитивными факторами.

Роттер вводит понятие «*локус контроля*». *Внутренний (интернальный)* локус контроля – подкрепление зависит от собственного поведения. Люди с внутренним локусом контроля несут ответственность за свою жизнь и действуют в связи с этим. *Внешний (экстернальный)* локус контроля – подкрепление зависит от внешних сил. Люди с внешним локусом контроля не верят в свои способности и силы, они ориентируются на внешние обстоятельства, прилагают минимальные усилия при разрешении ситуации. Эти два источника контроля приводят к разным воздействиям на поведение.

Теория Роттера привлекла многих исследователей, признающих когнитивные факторы, и стала широко изучаемой в психологии. Она функциональна, предлагаемый Роттером подход объективен, применим к реальным задачам. Эта теория явилась новым веянием в длительной истории бихевиоризма.

#### **8.4. Общие оценки бихевиоризма**

Несомненной заслугой создателей бихевиоризма и их последователей является экспериментальное исследование поведения.

Бихевиоризм позволил сделать психологию более объективной, его идеи стали основой новых тем психологических исследований. Он стал новой научной психологической школой, которая сформулировала поведенческие теории и теории научения и занималась разработкой методик обучения различным практическим навыкам.

Несомненной заслугой бихевиоризма является разработка методов обучения и воспитания с использованием позитивного и негативного подкрепления, а также методик стимулирования работников в производственной сфере. Методы моделирования, разработанные бихевиористами, при формировании определенных навыков поведения являются достаточно эффективными.

Отказавшись от исследования сознания, бихевиористы возвратились к механицизму и редукционизму, что не позволяло адекватно описывать поведение человека и вызывало постоянную критику оппонентов. Длительное развитие радикального бихевиоризма приводит к формированию социально-когнитивных теорий личности и в дальнейшем – к признанию роли сознания и социальных факторов в жизни человека.

В настоящее время бихевиоризм остается достаточно действенным в практической психологии в модификации поведения человека. Современный бихевиоризм отличается от идей Уотсона и Скиннера. Необихевиористы придерживаются методов бихевиоризма, но сейчас предметом исследования становятся когнитивные процессы. В середине 1950-х гг. в американской психологии начинают формироваться новые направления: *гуманистическое* и *когнитивное*.

Таким образом, происходит развитие психологических знаний на новом уровне понимания роли сознания в жизни человека.

## Глава 9. ГУМАНИСТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

*Гуманистическая психология* формируется в 1960-х гг. в США. Изменение социальных условий – «духа времени» – формирует новые запросы к психологической науке: необходимы иные подходы к изучению личности.

*Гуманистическая психология направлена на помощь человеку в осознании собственной, полной ответственности за свои выборы и решения и на исследование духовных ценностей личности.* Гуманистических психологов называют *персонологами*, а психологическое направление, использующее гуманистические принципы, – *персонологией*.

**Абрахам Харольд Маслоу** (Abraham Harold Maslow, 1908–1970) и **Карл Рэнсом Роджерс** (Carl Ransom Rogers, 1902–1987) становятся лидерами гуманистической психологии.

Гуманистическую психологию называют *третьей силой* (этот термин ввел Маслоу). Она попыталась выйти за пределы существующих психологических направлений – психоанализа и бихевиоризма – и сформировать новый взгляд на природу психики. Появление гуманистической психологии связано с неудовлетворенностью существующими концепциями, особенно их механицизмом и материализмом.

Гуманистическая психология утверждала следующие принципы:

- Человек должен изучаться в его целостности.
- Человеческая жизнь должна рассматриваться как единый процесс становления и бытия человека.
- Человек наделен потенциями к непрерывному развитию и самореализации.
- Человек обладает определенной степенью свободы от внешней детерминации благодаря смыслам и ценностям.

Гуманистическая психология провозгласила, что каждый человек уникален, он открыт миру. Переживания человеком мира и себя в мире являются главной психологической реальностью. Человек активен, он обладает стремлением к совершенству, творчеству, самостоятельному принятию решений.

Гуманистическая психология изучает непосредственный, конкретный опыт человека и все факторы и обстоятельства жизни человека, способствующие его развитию. Она отвергает обусловленность поведения только бессознательными влечениями (идеи психоанализа) либо только

социальными факторами – «человек – социальная машина» (бихевиоризм). Гуманистическая психология объявляет приоритетную направленность в изучении человека – *высшие, сущностные, специфические проявления*. При этом признается, что существуют глубокие различия между поведением человека и животных, поэтому опыты на животных неуместны.

Сторонники гуманистической психологии опирались на идеи Брентано, феноменологию, теорию Джемса и гештальтпсихологию (идеи об интенции, непрерывности и целостности сознания). Вопреки господству бихевиоризма гуманистической психологии удалось утвердить важность изучения сознания в психологии. Она стремилась выработать новый образ человека, *новую концепцию человеческой личности*. Практической задачей новой психологии является помощь людям путем консультирования и психотерапии, усовершенствования деятельности в сфере образования, менеджмента и профилактики общественного поведения. Представители гуманистической психологии отвергали тоталитаризм, национальную и классовую ограниченность, отрицали улучшение общества через совершенствование отдельных людей. Наоборот, улучшение общества возможно путем создания благоприятных условий для развития человека. С точки зрения гуманистических психологов, гуманизация социальных институтов и личностный рост – это взаимообуславливающие процессы.

Новое направление подчеркивало значение психического здоровья человека и критиковало поглощенность психоаналитиков проблемами патологии и плохой социальной адаптации. Необходимо изучать самоактуализирующихся психически здоровых людей для дальнейшего развития психологии, без четких и ясных представлений о психическом здоровье невозможна по-настоящему эффективная терапия психических расстройств.

## **9.1. Теория самоактуализации А. Маслоу**

Как отмечают некоторые ученые, труды А. Маслоу представляют собой скорее собрание мыслей, идей и гипотез, нежели теоретическую систему. Маслоу работал с Торндайком, Адлером, Фроммом, Хорни, изучал труды гештальтпсихологов, работы Фрейда. Этот опыт стал основой его гуманистических взглядов.

*Основные идеи гуманистической психологии Маслоу:*

- Уникальность каждого индивида.

- Подход к человеку как к единому целому. С этой точки зрения дифференциация человеческого организма и психики и изучение отдельных компонентов являются неоправданными и искажающими реальность.

- Потенциал развития человека очень велик (при достижении определенной цели открываются новые возможности).

- Человек независим от внешних условий и свободен в выборе своих решений, одновременно он несет ответственность за их реализацию.

- Позитивное отношение к человеческой природе – все люди по природе своей предрасположены к добродетели и каждому человеку присуще творческое начало.

Маслоу предположил, что большинство людей нуждаются во внутреннем самосовершенствовании и ищут его. Побуждение к реализации наших потенциалов естественно и необходимо. Каждый человек, с точки зрения Маслоу, обладает врожденным стремлением к самоактуализации, но только некоторые люди достигают ее. Самоактуализация – это желание человека стать тем, кем он может стать. *Самоактуализация рассматривается как полное использование талантов, способностей и потенциалов.* Это не застывшее состояние, а процесс, в котором способности человека применяются полностью и творчески. «Я думаю о самоактуализируемом человеке не как об обычном человеке, к которому что-то добавилось, а скорее как об обычном человеке, у которого ничего нельзя отнять. Средний человек – это человеческое существо в расцвете сил с размытыми и зажатыми силами и способностями»<sup>1</sup>.

Маслоу сознательно изучал людей, не подверженных неврозам, без эмоциональных нарушений и описал характеристики самоактуализирующегося человека. Достижение самоактуализации означает идеальный стиль жизни. «Эти люди представляют собой “цвет” человеческой расы, ее лучших представителей. Он также полагал, что эти люди достигли того уровня личностного развития, который потенциально заложен в каждом из нас»<sup>2</sup>. А. Маслоу пришел к заключению, что самоактуализирующиеся люди имеют следующие характеристики:

*«1. Более эффективное восприятие реальности.* Самоактуализирующиеся люди способны воспринимать мир вокруг себя, включая других людей, правильно и беспристрастно. Они видят действительность такой, какая она

---

<sup>1</sup> Цит. по: Фрейджер Р., Фейдимен Д. Указ. соч. С. 439.

<sup>2</sup> Цит. по: Хьелл Л., Зиглер Д. Указ. соч. С. 514.



есть, а не такой, как им хотелось бы ее видеть... Маслоу назвал такое неискаженное восприятие “бытийным, или Б-познанием”. С высоко объективным восприятием связано и то, что самоактуализирующиеся люди более толерантны к противоречивости и неопределенности, чем большинство людей...

*2. Приятие себя, других и природы.* Самоактуализирующиеся люди могут принять себя такими, какие они есть. Они не сверхкритичны к своим недостаткам и слабостям. Они не отягощены чрезмерным чувством вины, стыда и тревоги – эмоциональными состояниями, которые вообще столь присущи людям... У них нет непреодолимой потребности поучать, информировать или контролировать. Они могут переносить слабости других и не боятся их силы. Они осознают, что люди страдают, стареют и в конце концов умирают.

*3. Непосредственность, простота и естественность.* Поведение самоактуализирующихся людей отмечено непосредственностью и простотой, отсутствием искусственности или желания произвести эффект. Но это не означает, что они постоянно ведут себя вразрез с традициями. Их внутренняя жизнь (мысли и эмоции) чужда условности, естественна и непосредственна... Однако, когда того требует ситуация, они могут быть непримиримыми даже под угрозой остракизма и осуждения. Короче, они не колеблясь отклоняют социальные нормы, когда считают, что это необходимо.

*4. Центрированность на проблеме.* Маслоу считал, что все обследованные им личности без исключения были привержены какой-то задаче, долгу, призванию или любимой работе, которую они считают важной. То есть они не эго-центрированы, а скорее ориентированы на проблемы, стоящие выше их непосредственных потребностей, проблемы, которые они считают для себя жизненной миссией. В этом смысле они скорее живут, чтобы работать, а не работают, чтобы жить; работа субъективно переживается ими как их определяющая характеристика...

*5. Независимость: потребность в уединении.* Маслоу пишет, что самоактуализирующиеся люди очень нуждаются в неприкосновенности внутренней жизни и одиночестве. Так как они не стремятся устанавливать с другими отношения зависимости, то могут наслаждаться богатством и полнотой дружбы...

Самоактуализирующиеся люди стремятся иметь собственный взгляд на ситуацию, а не полагаться на те мнения или чувства, которые демонстрируют по данному поводу другие люди. Действительно, они сами для се-

бя являются движущей силой, сопротивляющейся попыткам общества заставить их придерживаться социальных условностей.

*6. Автономия: независимость от культуры и окружения...* Самоактуализирующиеся люди свободны в своих действиях, независимо от физического и социального окружения. Эта автономия позволяет им полагаться на свой собственный потенциал и внутренние источники роста и развития... Они считают себя самоопределяющимися, активными, ответственными и самодисциплинированными хозяевами своей судьбы. Они достаточно сильны, чтобы не обращать внимания на мнения и влияние других, поэтому они не стремятся к почестям, высокому статусу, престижу и популярности...

*7. Свежесть восприятия.* Самоактуализирующиеся люди обладают способностью оценивать по достоинству даже самые обычные события в жизни, при этом ощущая новизну, благоговение, удовольствие и даже экстаз. Например, сотая радуга так же прекрасна и величава, как и первая; прогулка по лесу никогда не бывает скучной; вид играющего ребенка поднимает настроение.

*8. Вершинные, или мистические, переживания.* Изучая процесс самоактуализации, Маслоу пришел к неожиданному открытию: у многих его испытуемых было то, что он назвал вершинными переживаниями. Это моменты сильного волнения или высокого напряжения, а также моменты расслабления, умиротворения, блаженства и спокойствия. Они представляют собой экстатические состояния, какие переживаются в кульминационные моменты любви и интимности, в порывах творчества, озарения, открытия и слияния с природой...

*9. Общественный интерес.* Даже когда самоактуализирующиеся люди обеспокоены, опечалены, а то и разгневаны недостатками рода человеческого, их, тем не менее, роднит с ним глубокое чувство близости. Следовательно, у них есть искреннее желание помочь своим “смертным” собратьям улучшить себя. Это стремление выражается чувством сострадания, симпатии и любви ко всему человечеству...

*10. Глубокие межличностные отношения.* Самоактуализирующиеся люди стремятся к более глубоким и тесным личным взаимоотношениям, чем “обычные” люди. Чаще всего те, с кем они связаны, более здоровы и близки к самоактуализации, чем средний человек... Обычно круг их близких друзей невелик, так как дружеские отношения в стиле самоактуализации требуют большого количества времени и усилий...

*11. Демократичный характер.* Самоактуализирующиеся личности, по Маслоу, самые “демократичные” люди. У них нет предубеждений, и поэтому они уважают других людей, независимо от того, к какому классу, расе, религии, полу те принадлежат, каков их возраст, профессия и прочие показатели статуса. Более того, они с готовностью учатся у других, не проявляя стремления к превосходству или авторитарных склонностей...

*12. Разграничение средств и целей.* В повседневной жизни самоактуализирующиеся личности более определенны, последовательны и тверды, чем обычные люди, в отношении того, что правильно и что ошибочно, хорошо или плохо. Они придерживаются определенных нравственных и этических норм, хотя очень немногие из них религиозны в ортодоксальном смысле этого слова...

*13. Философское чувство юмора.* ...Примечательной характеристикой самоактуализирующихся людей является их явное предпочтение философского, доброжелательного юмора. Если обычный человек может получать удовольствие от шуток, высмеивающих чью-то неполноценность, унижающих кого-то или непристойных, то здорового человека больше привлекает юмор, высмеивающий глупость человечества в целом...

*14. Креативность.* Маслоу обнаружил, что все без исключения самоактуализирующиеся люди обладают способностью к творчеству. Однако творческий потенциал его испытуемых проявлял себя не так, как у выдающихся талантов в поэзии, искусстве, музыке или науке. Маслоу говорил скорее о такой же естественной и спонтанной креативности, которая присуща неиспорченным детям... Маслоу замечал, что в первоклассном супе всегда больше творчества, чем во второсортной поэзии!

*15. Сопротивление окультуриванию.* И наконец, самоактуализирующиеся люди находятся в гармонии со своей культурой, сохраняя в то же время определенную внутреннюю независимость от нее. Они обладают автономностью и уверенностью в себе, и поэтому их мышление и поведение не поддается социальному и культурному влиянию... Самоактуализирующиеся люди также не требуют от своего окружения немедленного улучшения. Зная о несовершенствах общества, они принимают тот факт, что социальные перемены могут быть медленными и постепенными, но их легче достичь, работая внутри этой системы»<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Хьелл Л., Зиглер Д. Указ. соч. С. 514–520.

Самоактуализация не должна принимать форму только творческих усилий, специфические формы самоактуализации очень разнообразны (родитель, рабочий, преподаватель, ученый и т. п.). Собственные исследования привели Маслоу к заключению, что только некоторые, как правило, одаренные люди, достигают ее. Это связано с тем, что многие просто не видят своего потенциала: они не знают о нем и не понимают пользы от самосовершенствования; они боятся своих способностей (Маслоу называл это *комплексом Ионы* – это страх успеха, который мешает человеку развиваться). Как отмечал Маслоу, людям нужно «способствующее» общество, в котором они могут раскрыть свой потенциал. Ни одно общество никогда не предоставляло оптимальной возможности для самоактуализации всех его членов.

Еще одним препятствием самоактуализации является потребность в безопасности, так как процесс роста требует готовности к риску, совершению ошибок и отказу от старых принципов, что требует усилий и мужества; большинство же людей имеют сильную тенденцию сохранять свои привычки, т. е. придерживаться старого стиля поведения. Таким образом, в здоровых условиях рост приносит удовлетворение, и человек стремится к максимальному развитию своих способностей. Если бы большее число людей достигло самоактуализации, то могли бы измениться потребности человечества в целом и появилось бы больше возможностей для удовлетворения всех потребностей личности.

## 9.2. Теория мотивации

Маслоу считал, что люди мотивированы на поиск личных целей, это делает их жизнь значительной и осмысленной. Опираясь на идеи психоанализа, он утверждал, что все потребности врожденны и организованы в иерархическую систему приоритета, или доминирования. В работе «Мотивация и личность» (1954) Маслоу излагает свою *теорию мотивации*, в основе которой лежит *иерархия потребностей – пирамида потребностей*, как ее называют в учебниках. Пирамида потребностей у нас довольно популярна, поэтому подробно приводить ее нет необходимости. Обозначим лишь основные моменты.

*Потребности в порядке очередности: физиологические потребности; потребности безопасности и защиты; потребности принадлежности и любви; потребности в самоуважении; потребность в самоактуализации, или потребности личного усовершенствования.*

Согласно теории мотивации, потребности более высокого уровня могут быть осознаны и реально стать мотивирующими при условии удовлетворения доминирующих потребностей, расположенных на нижнем уровне. Удовлетворение этих потребностей позволяет осознать потребности более высокого уровня и их роль в мотивации человека. Маслоу допускал, что могут быть исключения из этого расположения мотивов. Некоторые люди могут создавать собственную иерархию потребностей. Но, в целом, чем ниже расположена потребность в иерархии, тем она сильнее и приоритетнее и более значима в мотивации личности. Маслоу признавал, что какие-то творческие люди могут развивать и выражать свой талант несмотря на серьезные трудности и социальные проблемы. Для некоторых идеи и ценности настолько сильны, что они скорее готовы терпеть лишения и даже умереть, чем отказаться от них.

Потребности первых четырех уровней А. Маслоу обозначал как *дефицитарную мотивацию (Д-мотивы)*, т. е. мотивацию, направленную на устранение дефицита (недостаток пищи, безопасности, внимания и т. п.).

*Потребности самоактуализации названы бытийной мотивацией или метамотивацией (Б-мотивы, метапотребности)*. В отличие от Д-мотивации, Б-мотивация создает напряжение посредством нового, волнующего и разнообразного опыта. Мотивация роста предполагает не столько возмещение дефицитарных состояний (уменьшение напряжения), сколько расширение кругозора, т. е. увеличение напряжения. Таким образом, дефицитарная мотивация направляет личность на изменение существующих условий, которые воспринимаются как фрустрирующие. Все метапотребности тесно взаимосвязаны с отвергнутой потребностью самоактуализации.

Метапотребности не имеют иерархии и могут заменяться в зависимости от обстоятельств жизни человека. «Метамотивированный художник, например, может стремиться к красоте через свою творческую деятельность. Позже как метамотивированный родитель он может получать радость и удовольствие от того, что принимает участие в воспитании и развитии ребенка. И то, и другое в равной степени представляет собой “мета-жизнь”, демонстрируя различные ее выражения»<sup>1</sup>.

Депривация метапотребностей, в отличие от депривации дефицитарных потребностей, не всегда переживается как осознанное желание. Человек часто не осознает, что игнорируются его метапотребности. Маслоу пред-

---

<sup>1</sup> Хьелл Л., Зиглер Д. Указ. соч. С. 498.

положил, что «многочисленные симптомы, связанные с накопительским и ориентированным на потребление, но несамодостаточным стилем жизни, свидетельствуют о метапатологиях. Это такие симптомы, как неспособность глубоко любить кого-нибудь; стремление жить только сегодняшним днем; нежелание видеть что-либо ценное и достойное в жизни; неумение ценить настойчивость в поисках личного совершенствования; неэтичное поведение. Человек, страдающий метапатологией, часто не замечает этого. Он может смутно чувствовать, что чего-то не хватает в жизни, но не знать, чего именно»<sup>1</sup>. В противоположность ему метамотивированный человек очень заинтересован в окружающем мире и людях, удивляется новым открытиям и готов к изменениям.

### 9.3. Общие оценки теорий А. Маслоу

Концепция самоактуализации Маслоу заставляет человека обратить внимание на себя, на то, *кем он может быть, что вызывает в его жизни особый интерес*. Человек свободен и отвечает за свои решения. Свобода проявляется в решениях человека, определении своего потенциала и стремлении к самоактуализации. Тема *индивидуального развития личности* получает новое направление: изучение иерархии потребностей.

Описывая характеристики личностей, которые наиболее полно проявили свои способности, Маслоу надеялся помочь людям увидеть важность самоактуализации.

Недостатком учения Маслоу считают то, что теория самоактуализации в лабораторных условиях не проверяется, и поэтому под сомнение ставится факт ее подтверждения. Но и сам Маслоу настаивал, что экспериментальными средствами феномен самоактуализации исследовать невозможно, необходимо использовать *осознанные самоотчеты* людей. Он рассматривал свои работы как предварительные и надеялся, что они получат в дальнейшем подтверждение. Сейчас эта теория используется в сфере бизнеса и производственной деятельности для описания потребностей и мотивации людей.

Представляет интерес его теория о *вершинных переживаниях*. Маслоу настаивал на том, что вершинные переживания являются частью нашей жизни. Однако только метамотивированные люди оценят их и получат

---

<sup>1</sup> Хьелл Л., Зиглер Д. Указ. соч. С. 500.

от них пользу, потому что они не боятся этих переживаний. Распространение гуманистической психологии приводит психологов к убеждению, что в процессе психотерапии важным лечебным моментом могут быть исследования вершинных переживаний человека, а не прошлых проблем и травматических переживаний.

А. Маслоу не признавал влияния раннего окружения на развитие личности, но особо подчеркивал биологические потребности, общие для вида, и необходимость их изучения для оценки перспектив развития человека. Многие последователи Маслоу убеждены: потребность в самоактуализации – хороший мотив для того, чтобы научиться получать удовлетворение от работы.

Концепция иерархии потребностей и разработанные на ее основе психодиагностические методики, в частности «Опросник личностной ориентации» (Personal Orientation Inventory – POI) Э. Шострома, широко применяются в социальной психологии (организационная психология, психология менеджмента).

В теориях Маслоу субъективный опыт человека становится важной темой изучения гуманистических психологов и затем входит в общую тематику психологии. Людей нельзя понять, не изучая их личный мир. Для *персонологов* субъективный опыт становится важнее наблюдаемого поведения.

Хотя идеи А. Маслоу неоднократно подвергались критике как не отвечающие критериям научного познания, они востребованы в психологической практике, в сферах образования, медицины и психотерапии, так как открывают новые возможности человека и являются истинно гуманными. Сила теорий Маслоу в том, что он уделял внимание тем сторонам человеческого существования, которые другие ученые игнорировали. Маслоу вдохновил исследователей на рассмотрение позитивных аспектов человеческой природы и ориентировал ученых на использование позитивного опыта человечества.

#### **9.4. А. Маслоу и трансперсональная психология**

В конце 1970-х гг. Маслоу пишет об ограниченности возможностей гуманистической модели психологии. Изучая другие достижения разума человека, он приходит к выводу о том, что кроме самоактуализации есть другие возможности преобразования личности. Когда вершинные переживания бывают особо мощными, ощущение своего Я расширяется. *Транс-*

*персональная психология* привносит в традиционные подходы к проблемам признание того, что человеческие переживания имеют духовный аспект. *Трансперсональное рассматривается как простирающееся, выходящее за пределы персонального индивидуального.*

«Я бы сказал, что считаю Гуманистическую психологию третьей силы переходным, подготовительным этапом для “высшей” Четвертой психологии, трансперсональной, трансчеловеческой, центр которой скорее в космосе, чем в человеческих потребностях и интересах; психологии, идущей дальше человечности, идентичности, самоактуализации и т. п. Мы нуждаемся в чем-то “большем, чем мы есть”, чтобы испытывать благоговение и отдаваться новому, естественному, эмпирическому, не церковному чувству...»<sup>1</sup>.

Основная доктрина трансперсональной психологии: каждый индивид имеет, кроме обыденного, более глубокое или истинное Я, которое человек ощущает при трансперсональных состояниях сознания. Независимое от личности, это Я является источником мудрости, гармонии, душевного спокойствия. «Без трансцендентального и трансперсонального мы становимся больными, грубыми и отрицаем все и вся, или же впадаем в состояние полной безнадежности и апатии»<sup>2</sup>. Таким образом, Маслоу считают также основателем трансперсональной психологии.

Одно из основных ее положений – мы не знаем, каков полный диапазон человеческих возможностей. *Каждый человек обладает безграничными возможностями духовного роста*, что придает особый смысл трансперсональной психологии. Таким образом, гуманистические идеи Маслоу становятся составной частью в новом психологическом направлении – трансперсональной психологии.

## **9.5. Идеи трансперсональной психологии**

Трансперсональная психология занимается изучением *проблем предельных способностей и возможностей человека*, которые не получили отражения в психоанализе и бихевиоризме и не входят в проблемы гуманистического направления.

Как отмечают некоторые персонологи, трансперсональная психология важна и потому, что она включает мудрость других культур и традиций и объединяет идеи различных школ, изучающих личность: психоана-

---

<sup>1</sup> Цит. по: Фрейджер Р., Фейдимен Д. Указ. соч. С. 509.

<sup>2</sup> Там же. С. 510.



лиз Фрейда, учения о коллективном бессознательном и архетипах Юнга, идеи Райха, гештальттерапию и др. Внимание уделяется и включению в трансперсональную психологию опытов, которые ранее игнорировались или отвергались.

Основная концепция человека в трансперсональной психологии не нова, она всегда была в человеческой культуре, это так называемая *вечная модель*. Новое – это объединение данных идей и достижений психологии, чтобы формировать современную психологию. Однако не все трансперсональные психологи с этим соглашались. Эта «вечная модель» включает следующие положения:

«1. Существует некая трансцендентальная реальность или единство (Unity), охватывающая все (по-видимости, отдельные) явления.

2. Это, или индивидуальное “я”, представляет собой всего лишь отражение большего, трансперсонального (“сверхперсонального”, “beyond the personal”) “я” или единства. Мы приходим из этого большого “я” и туда возвращаемся. Мы теряем связь с источником, откуда вышли, и нам необходимо снова почувствовать эту связь, чтобы сформироваться как здоровая и цельная личность.

3. Совершенно очевидно, что индивиды могут непосредственно воспринимать эту реальность или большое “я” как центр духовных ценностей.

4. Этот опыт приводит к качественным изменениям в ощущении самого себя и окружающего мира. Это мощный опыт, позволяющий заново оценить самого себя»<sup>1</sup>.

В качестве примеров трансперсонального опыта приводят следующие: превращение гусеницы в бабочку, пробуждение от сна, освобождение от рабства, очищение внутренним огнем, возвращение к источнику; умирание и рождение в новом теле и др. Р. Фрейджер, Д. Фейдимен отмечают, что в трансперсональной психологии используются разные подходы.

Психологическая реальность почти так же реальна, как физическая. Между всеми формами жизни существует глубинная психологическая духовная связь.

Каждый индивид – это космическое создание, там, в космосе, его настоящие корни. Возможны ощущение, сознание и даже разумность более высокого уровня.

---

<sup>1</sup> Фрейджер Р., Фейдимен Д. Указ. соч. С. 511–512.

Стремление испытать различные состояния сознания совершенно естественно для здорового развития человека. Варианты психотерапии, имеющие дело только с динамикой развития личности, являются поверхностными и приносят лишь временные результаты.

## 9.6. Психоделика С. Грофа

Одним из теоретиков трансперсональной психологии является **Станислав Гроф** (Stanislav Grof, 1931), американский психиатр чешского происхождения. Исследовал в психотерапевтической практике *психоделики*: диэтиламид лизергиновой кислоты (ЛСД) и дипропилтриптами́н (ДПТ) и другие препараты, влияющие на человеческое сознание; изучал *измененные состояния сознания*; разработал психотерапевтическую *технику холотропного дыхания*; экспериментально доказал возможность трансперсональных переживаний для любого человека; разработал расширенную *картографию психики*.

Гроф сам участвовал в опытах трансперсональных переживаний, и они в дальнейшем стали темой его научных исследований. Он утверждает, что система взглядов и понятий в современной психологии нуждается в «радикальном пересмотре». По его мнению, разум можно сравнить с голограммой, каждая часть которой несет информацию о целом, и пытался доказать, что наш разум содержит не только личный опыт, но и универсальные модели (паттерны) и истины. Он приводит подробное описание особенностей ощущений в *опытах с психоделиками*: ощущение преодоления пространства и времени, различий между материей, энергией и сознанием; преодоление разрыва между индивидом и внешним миром<sup>1</sup>.

Гроф разделил опыты с психоделиками на четыре категории: *абстрактные, психодинамические, перинатальные и трансперсональные*.

Абстрактные опыты связаны с нашими ощущениями – это необычно яркое восприятие цвета, звуков, «тактильных переживаний».

Психодинамические – эмоционально окрашенные воспоминания, сновидения, переживания, имеющие символический смысл.

Перинатальные – переживания, связанные с рождением и смертью. Гроф выделяет четыре стадии процесса рождения. Первая – период до схва-

---

<sup>1</sup> См.: *Гроф С.* За пределами мозга. М., 1993; *Он же.* Путешествие в поисках себя. М., 1994; *Он же.* Человек перед лицом смерти. М., 2002.

ток, ребенок спокойно лежит в утробе матери. Стадия ассоциируется с ощущением безграничности (символ океана). Вторая стадия – это начало схваток, возникают тревога, угроза и т. п. Во время третьей стадии ребенок продвигается по родовому каналу, возникают ассоциации борьбы за выживание, сильного давления и ощущение удушья. Четвертая стадия – это рождение ребенка, освобождение и релаксация. В эту же группу относят ассоциации созерцания прекрасного или света (*visions of light and beauty*), чувство освобождения или спасения, а также переживания, связанные со смертью и новым рождением.

Трансперсональные опыты связаны с чувством выхода нашего сознания за пределы «границ эго», пространства и времени. К ним относятся экстрасенсорное восприятие, видение архетипических образов, память предков, память более ранних реинкарнаций, ощущение полного единения с другими людьми и пр.

Гроф утверждал, что эти уровни взаимосвязаны, так работа с психодинамическими воспоминаниями приводит человека к перинатальному и к трансперсональному опыту. Он проводил опыты с людьми, умирающими от неизлечимых заболеваний, полагая, что глубинное изменение сознания может быть полезным для умирающих. В работе «Человек перед лицом смерти» Гроф пишет: «Психодинамические переживания часто встречаются в сеансах психоделической терапии умирающих. Не приводя обычно к серьезной переоценке взгляда на смерть с философской и духовной точек зрения, они могут помочь обрести важный синтез прожитых периодов жизни и – как результат – способствуют подготовке к неминуемой смерти с большим спокойствием. В сеансах подобного рода пациенты заново переживают болезненные события, обретая вследствие этого мир и прощение. В тех случаях, когда из-за болезненного осознания несбыточности прошлых планов, неосуществимости мечтаний, неоправданности амбиций душевное равновесие больных нарушается, пробуждая чувства горечи и обиды, больной способен замкнуться в себе или у него может пропасть стремление достичь былой цели. Нередко при таких обстоятельствах перед глазами умирающих проходит в сжатом виде вся их жизнь, они положительно оценивают ее, что в конечном итоге приводит к прекращению эмоциональной привязанности к ней»<sup>1</sup>. Некоторые впечатляющие улучшения различного рода психопатологических состояний были зарегистрированы

---

<sup>1</sup> Гроф С. Человек перед лицом смерти. М., 2002. С. 54.

непосредственно после переживания феномена смерти-возрождения и, особенно, после переживания чувства единства с миром.

Гроф впервые в психологической практике обратился к теме смерти. Он утверждал: «Изучение смерти имеет ключевое значение для осознания психических процессов. Нет никаких сомнений в том, что истинное понимание религии, мистики, шаманизма, обрядов, перехода или мифологии было невозможно без близкого знакомства с переживанием смерти и процессом смерти-возрождения. Эти сведения важны для углубленного понимания природы душевных расстройств, особенно шизофрении. Игнорирование перинатального и трансперсонального уровней подсознания неизбежно приводит к искусственным и искаженным представлениям о строении человеческого сознания, к фрагментарному пониманию характера эмоциональных расстройств, к ограничению возможностей лечебной практики.

Понимание психологического смысла смерти не должно сопровождаться негативными ассоциациями. Серьезное символическое соприкосновение с ней в хорошо организованных и обеспечивающих поддержку условиях может привести к весьма полезным результатам и служить средством преодоления как негативных представлений о кончине, так и связанного с ней страха. Такое соприкосновение может привести к лучшему эмоциональному и физическому функционированию, большей степени самореализации, а также к более удовлетворительному и гармоничному приспособлению к процессу жизни.

Смерть и жизнь, обычно рассматриваемые как несовместимые противоположности, представляются на деле взаимозависимыми. Полноценное существование, наполненное сознанием каждого мига жизни, ведет к принятию смерти и примирению с ней. С другой стороны, подобный подход к человеческому существованию требует, чтобы мы смирились с нашей смертностью и брэнностью бытия. Данное положение представляется сутью древних мистерий, различных видов духовной практики и ритуалов перехода»<sup>1</sup>.

После запрета психоделической терапии Гроф разработал технику *холотропного дыхания* – *Holotropic Breathwork*, дающую возможность войти в состояния, подобные тем, что возникают при использовании психоделиков. Гроф заимствует техники, воздействующие на дыхание, из ду-

---

<sup>1</sup> Гроф С. Человек перед лицом смерти. С. 230–231.

ховных традиций, гуманистической психотерапии. Длительное интенсивное дыхание ведет к возрастающей роли релаксации, чувству расширения, к видению света, чувству единения и т. п.<sup>1</sup>

Идеи Грофа находят своих последователей. Они востребованы в практических методиках, связанных с развитием личности: тренингах личностного роста с использованием холотропных техник, индивидуальной психотерапии. С гуманизацией общества появляются службы, клиники, хосписы, оказывающие помощь людям в переживаниях утраты близких, тяжелых увечий, неизлечимых заболеваний. Эти службы используют весь богатый практический опыт Грофа в трансперсональном направлении.

### 9.7. Психосинтез Р. Ассаджиоли

Итальянский психиатр **Роберто Ассаджиоли** (Roberto Assagioli, 1888–1974) разработал свою систему – *психосинтез*, опираясь на идеи психоанализа Фрейда и Юнга. Выражая несогласие с психоаналитической трактовкой стадий и движущих сил личности, он вводит понятие *сверхсознательного*, которое шире фрейдовского понимания подсознательного, а также использует понятия субличностей – составляющих Я личности.

Ассаджиоли выделяет два уровня работы в психосинтезе: персональный и трансперсональный. «Персональный психосинтез фокусирует внимание на интеграции (integration) личности вокруг личностного “я”. Трансперсональный психосинтез занимается воссоединением личности с трансперсональным “я”. Ассаджиоли подчеркивает, что личностное “я”, в основном, представляет собой отражение трансперсонального “я”. <...> Мы говорим об обычном “я” и о более глубоком “я”, но это не означает, что существуют два отдельных и независимых “я”, два существа в одной оболочке. На самом деле существует одно большое “Я”. То, о чем мы обычно говорим “я”, это всего лишь маленькая частица глубинного “Я”, которое наше сознание способно осознать в тот или иной момент... Это отражение того, что когда-нибудь станет еще более ясным, еще более живым; и возможно, это “я” сможет воссоединиться со своим истоком».<sup>2</sup>

Ассаджиоли в *психосинтезе собрал все известные ему техники психологического воздействия, указав их роль*. Поэтому его часто обвиняют в эк-

---

<sup>1</sup> Гроф С. Путешествие в поисках себя. М., 1994.

<sup>2</sup> Фрейдджер Р., Фейдимен Д. Указ. соч. С. 515.

лектичности и отсутствии единой теоретической основы. Психосинтез рассматривается как динамическая концепция нашей жизни, как непрерывное взаимодействие и борьба различных сил Я с объединяющим их центром.

Ассаджиоли указывает на *непрерывный процесс психосинтеза* – объединение, интеграцию всех составляющих Я личности (*субличностей*) в единое целое. Задача психотерапии – содействие этим интегративным силам. Констатация «расщепленности» психики и присутствия в ней неявных интегративных сил является основой для *психосинтетического подхода* к развитию личности, чтобы вокруг «истинного Я» синтезировать все содержания своего сознания.

Психосинтез применяется при лечении наиболее глубинных и ранних человеческих травм. Современные практики психосинтеза интегрируют психосинтез с психологией развития, психологией личности, клиническими теориями и исследованиями.

## **9.8. Перспективы трансперсональной психологии**

Сейчас трансперсональное (личностные ценности, значение наших целей, высшие смыслы, проблемы духовности) изучается психологией.

Юнг считал, что только путем преобразования сознания мы можем изменяться и духовно расти, поэтому трансперсональная психология занимается изучением и объяснением процесса духовного роста и новых уровней сознания. Если человек не может реализовать свои таланты и способности, он будет ощущать фрустрацию, даже если все остальные его потребности более-менее удовлетворены; поэтому важно изучение самых творческих, духовно самостоятельных общественно полноценных людей, чтобы получить картину высших достижений, которые может дать психическое здоровье и зрелый опыт.

Особенностью трансперсональной психологии является интеграция разных идей и теорий и научных дисциплин (физики, антропологии). Значение ее состоит в том, что она предлагает новый взгляд на психическое здоровье и патологии. Трансперсональные (надличностные) переживания имеют большой терапевтический эффект, они важны в творчестве, общекультурном развитии человека, для психологического здоровья человека и общества в целом.

Перспективность трансперсональной психологии определяется возможностями исследования гармоничного и целостного развития человека,

повышения его потенциала, выявления творческих способностей, самопознания и постижения смыслов собственного существования, жизни и смерти, гармонии с миром и другими людьми.

Трансперсональная психология в силу своей специфики не признана в отечественной психологии, но ее техники интегрируются с разными методиками и техниками психотерапии. Необходимо серьезное изучение этого направления психологии, особенно в сфере помощи людям, испытывающим глубинные переживания.

## 9.9. Феноменологическая теория К. Роджерса

Принципы гуманистической психологии нашли отражение и в теории К. Роджерса. Его работы и теории характеризует *феноменологический подход* в психологии, т. е. идею о том, что поведение человека можно понимать только в терминах его субъективного восприятия и познания действительности. Роджерс пытается понять, *как человек воспринимает мир*. Он изучает *самость личности, переживания, связанные с самостью, тенденции, способствующие росту*. Роджерс сыграл ключевую роль в развитии *групп встреч* как средства помощи людям. Он стал известен благодаря своему психотерапевтическому методу – *личностно ориентированной терапии*. В отличие от Маслоу, который исследовал эмоционально уравновешенных и здоровых людей, Роджерс использовал опыт клинического психолога.

К. Роджерс получил образование в области клинической и педагогической психологии. Он работал с делинквентными и неблагополучными детьми, занимался созданием центров помощи, проводил исследования в области психотерапии, клинической психологии. В работе «Консультирование и психотерапия» (1942) он излагает свои взгляды на практику психотерапевтической работы, опираясь на свой клинический опыт.

Роджерс пришел к заключению, что сущность природы человека ориентирована на развитие. Он считал человека активным существом, направленным на определенные цели и способным идти к ним, а не созданием, раздираемым неконтролируемыми силами. Он отмечал, что христианство долго культивировало представление о греховности человека, и это было усилено Фрейдом, который утверждал, что человеком управляет бессознательное, поэтому люди иррациональны, плохо адаптированы, эгоистичны и деструктивны по отношению к себе и другим.

Роджерс допускал, что у людей иногда бывают злые и разрушительные чувства, аномальные импульсы и моменты, когда они ведут себя не в соответствии с их истинной внутренней природой. Он вводит понятие «полноценно функционирующий человек». Когда люди *функционируют полноценно*, они проявляют себя как позитивные и разумные создания, которые искренне хотят жить в гармонии с собой и другими. Эти заключения основаны на его почти 30-летнем опыте психотерапевта. Роджерс подчеркивал, что поведение можно понять, если обращаться к целостному человеку, который ведет себя как интегрированный организм, и это единство нельзя свести к составляющим его личности.

У Роджерса было глубокое, почти религиозное чувство уважения к природе человека. Он утверждал гуманистические принципы природы человека: все человечество обладает естественной тенденцией двигаться в направлении независимости, социальной ответственности, креативности и зрелости. Роджерс, как и Маслоу, разделял мнение, что люди имеют фактически неограниченный потенциал для самосовершенствования. Он считал, что личность и поведение в большей степени являются функцией уникального восприятия человеком окружения.

Теория Роджерса в основном была сформулирована благодаря его работе с людьми, имеющими психологические проблемы. Роджерс сконцентрировал внимание на терапевтических условиях, которые способствовали бы самоактуализации человека, потому что люди в основном стремятся вперед и при подходящих условиях полностью реализуют свой врожденный потенциал, демонстрируя истинное психическое здоровье.

## **9.10. Тенденция актуализации**

Роджерс выдвинул гипотезу, что поведение человека направляется и регулируется объединяющим мотивом – *тенденцией актуализации*. Важнейший мотив жизни человека – это *актуализировать, т. е. сохранить и развить себя, максимально выявить лучшие качества своей личности, заложенные в ней от природы*. Стремление человека к достижениям является способом совершенствования внутреннего потенциала. Роджерс полагал, что при отсутствии значительных внешних ограничений или антагонистических воздействий тенденция актуализации выразится посредством разнообразных форм поведения.



«На организменном уровне тенденция актуализации выражается не только в сохранении организма с удовлетворением дефицитарных потребностей (воздух, пища, вода), она также развивает организм, обеспечивая эволюцию и дифференциацию органов и функций тела, его рост и постоянное обновление. А мотивационная сила, с которой тенденция актуализации действует на психические процессы, относящиеся к самости, имеет еще большее значение. Тенденция актуализации является активным процессом, отвечающим за то, что организм всегда стремится к какой-то цели, будь то начинание, исследование, перемены в окружении, игра или творчество. Она ведет человека в направлении автономии и самодостаточности»<sup>1</sup>.

Роджерс полагал, что поведение мотивировано потребностью человека развиваться и улучшаться. Человеком управляет процесс роста, «эта конструктивная биологическая тенденция является общей для всех форм жизни – она присуща не только людям, даже не только животным, но всему живому. Это сущность жизни!»<sup>2</sup>. Фактически все поведение людей направлено на повышение их компетентности или на их актуализацию.

«В контексте теории Роджерса *тенденция самоактуализации* – это процесс реализации человеком на протяжении всей жизни своего потенциала с целью стать полноценно функционирующей личностью. Пытаясь достичь этого, человек проживает жизнь, наполненную смыслом, поисками и волнениями.

К тому же самоактуализирующийся человек живет экзистенциально, непринужденно наслаждаясь каждым моментом жизни и полностью участвуя в ней. По Роджерсу, не требуется каких-то особых мотивационных конструктов (т. е. специфических влечений), чтобы понять, почему человек активен; каждый человек исходно мотивирован просто тем, что живет. Мотивы и влечения не объясняют целенаправленной деятельности организма. Человечество в основе своей является активным и самоактуализирующимся в силу своей собственной природы»<sup>3</sup>.

Под влиянием тенденции актуализации люди воспринимают переживания, способствующие их личностному развитию (Я-интенсифицирующие) как позитивные и стремятся к ним, одновременно избегая переживаний, субъективно воспринимаемых как препятствие для развития (Я-от-

---

<sup>1</sup> Цит. по: Хьелл Л., Зиглер Д. Указ. соч. С. 535.

<sup>2</sup> Там же. С. 535.

<sup>3</sup> Там же. С. 537.

рицающие). Можно описать людей, которые достигли большей самоактуализации, чем другие; они продвинулись к такому функционированию, которое можно назвать более полноценным, творческим и автономным.

### 9.11. Влияние субъективного опыта

Роджерс настаивал, что поведение человека можно понять, обращаясь к его субъективной интерпретации событий. Человек действует в соответствии со своим восприятием событий, происходящих в данный момент. Роджерс выступал против утверждения Скиннера, что поведение можно объяснить реакцией человека на объективную стимульную ситуацию. Роджерс подчеркивал, что скорее следует говорить об *интерпретации* ситуации и ее персональном значении, которое регулирует поведение, и отвергал теорию Фрейда о том, что прошлый опыт (или источники происхождения поведения) определяет личность.

Роджерс отмечал, что необходимо понять, каким человек воспринимает свое окружение сейчас. Наша актуальная интерпретация прошлых переживаний, а не их фактические обстоятельства влияет на наше настоящее поведение. Не обязательно проследить давнее прошлое, чтобы узнать, почему человек ведет себя так сегодня. Он настаивал на том, что на поведение данного момента всегда влияет актуальное восприятие и интерпретация. Роджерс полагал, что на поведение влияет также прогноз будущего, т. е. личность следует изучать в контексте «настоящее – будущее».

### 9.12. Я-концепция в учении К. Роджерса

*Я-концепция* является определяющей в подходе Роджерса. Он признавал, что самость является значительным элементом в опыте человека. Самость или Я-концепция (это синонимы) определяется как «организованный, последовательный концептуальный гештальт, составленный из восприятий свойств “Я”, или “меня” и восприятий взаимоотношений “Я”, или “меня” с другими людьми и с различными аспектами жизни, а также ценности, связанные с этими восприятиями. Это гештальт, который доступен осознанию, хотя не обязательно осознаваемый»<sup>1</sup>.

Таким образом, Я-концепция означает концепцию человека о том, что он собой представляет, она отражает такие характеристики, которые

---

<sup>1</sup> Хьелл Л., Зиглер Д. Указ. соч. С. 540.

человек воспринимает как часть себя. С точки зрения феноменологического направления, Я-концепция часто отражает роли, которые мы играем в жизни. Эти ролевые образы формируются в результате все более усложняющихся транзакций между людьми. Я-концепция включает некий набор образов Я (родителя, супруга, студента, служащего, руководителя, спортсмена, музыканта и т. д.). Таким образом, Я человека может состоять из наборов восприятия, отражающих многие специфические «роли» в различных жизненных ситуациях.

Я-концепция также включает представления о том, какими *мы должны быть и хотели бы быть* – *Я-идеальное*. По представлениям Роджерса, Я-идеальное отражает те атрибуты, качества, которые человек хотел бы иметь, это Я, которое он больше всего ценит и к которому стремится.

Структура Я формируется через взаимодействие с окружением, в частности со значимыми другими (родители, другие родственники, учителя и др.). Я-концепция в процессе обучения и развития человека в социуме все больше дифференцируется и усложняется, т. е. содержание Я-концепции является продуктом процесса социализации. На развитие Я-концепции влияет *потребность в позитивном внимании*. Для любого человека важно, чтобы его любили и принимали другие, особенно важно *безусловное позитивное внимание к ребенку*. Мать должна проявлять к ребенку свою любовь и полное его принятие, особенно в раннем детском возрасте. Только в этом случае личность ребенка развивается полноценно.

Механизмы защиты личности – *искажение восприятия* и *отрицание*, которые используются для сведения к минимуму осознания несоответствия внутри Я. Защитное поведение сохраняет существующую структуру Я и не позволяет человеку потерять самоуважение. Искажение восприятия возникает, когда несоответствующее переживание допускается в сознание, в форме, которая делает его совместимым с каким-то аспектом Я.

*Пример.* Студент считает себя хорошо подготовленным к экзамену, но вдруг получает, совершенно заслуженно, двойку. Он может сохранить свою Я-концепцию, сказав неудачу объяснением: «Профессор несправедливо ставит оценки» или «Мне не повезло».

Роджерс иногда объясняет такое искажение как *рационализацию*. В случае отрицания человек сохраняет целостность своего Я, полностью уходя от осознания угрожающих переживаний.

## 9.13. Полноценно функционирующий человек

Роджерс высказывал идеи о конкретных личностных характеристиках, которые определяют «хорошую жизнь».

«Хорошая жизнь» – это не фиксированное состояние бытия (состояние добродетели, удовлетворенности, счастья), не состояние, в котором человек чувствует себя адаптированным, совершенным или актуализированным, не состояние уменьшения напряжения или гомеостаза, это не конечный пункт, а *направление, в котором человек движется, следуя своей истинной природе.*

Термин «полноценно функционирующий человек» Роджерс применял для обозначения людей, которые используют свои способности и таланты, реализуют свой потенциал и движутся к полному познанию себя. Роджерс установил пять основных личностных характеристик, общих для полноценно функционирующих людей.

«1. Первая и главная характеристика полноценно функционирующего человека – это *открытость переживанию.* Открытость переживанию полярно противоположна беззащитности. Люди, полностью открытые переживанию, способны слушать себя, чувствовать всю сферу висцеральных, сенсорных, эмоциональных и когнитивных переживаний в себе, не испытывая угрозы...

2. Вторая характеристика оптимально функционирующего человека, отмеченная Роджерсом, – *экзистенциальный образ жизни.* Это тенденция жить полно и насыщенно в каждый момент существования, так, чтобы каждое переживание воспринималось как свежее и уникальное, отличное от того, что было ранее...

3. Третьей отличительной чертой полноценно функционирующего человека является то, что Роджерс назвал *организмическим доверием.* Организмическое доверие ... означает способность человека принимать во внимание свои внутренние ощущения и рассматривать их как основу для выбора поведения.

4. Четвертой характеристикой полноценно функционирующего человека, отмеченной Роджерсом, является *эмпирическая свобода.* Этот аспект хорошей жизни заключается в том, что человек может свободно жить так, как хочет, без ограничений или запретов. Субъективная свобода – это чувство личной власти, способность делать выбор и руководить собой...

Основываясь на этом чувстве свободы и силы, полноценно функционирующий человек имеет множество возможностей выбора в жизни и ощущает себя способным сделать практически все, что он хочет делать!

5. Последняя, пятая характеристика, связанная с оптимальной психологической зрелостью, – *креативность*. Для Роджерса продукты творчества (идеи, проекты, действия) и творческий образ жизни появляются у человека, который живет хорошей жизнью. Творческие люди стремятся жить конструктивно и адаптивно в своей культуре, в то же время удовлетворяя собственные самые глубокие потребности. Они способны творчески, гибко приспосабливаться к изменяющимся условиям окружения. Однако, добавляет Роджерс, такие люди не обязательно полностью приспособлены к культуре и, почти несомненно, не являются конформистами. Их связь с обществом можно выразить так: они являются членами общества и его продуктами, но не его пленниками... Хорошая жизнь, я уверен, не подходит для человека малодушного, она требует расширения и роста в направлении раскрытия собственного потенциала. Для этого необходимо мужество. Это означает, что нужно быть в потоке жизни»<sup>1</sup>.

## 9.14. Терапия, центрированная на личности

По мнению Роджерса, терапия помогает человеку разобраться в собственных проблемах с минимумом постороннего вмешательства, при этом ответственность за происходящие перемены возлагается не на терапевта, а на самого клиента. Роджерс, подчеркивая гуманистические принципы, указывал, что терапевт помогает «высвобождению» уже существующей способности. Такая терапия называется *центрированной на личности*, потому что в ней необходимо активное участие самого человека. Он считал, что *любые «интервенции эксперта» вредны для роста личности*. Человек способен осознавать многие факторы своей жизни, которые причинили ему боль, он может перестроиться так, чтобы их преодолеть. Человек не обречен постоянно находиться под властью бессознательного или детских переживаний. Личность человека определяется настоящим, она формируется под влиянием наших сознательных оценок происходящего.

Роджерс изменил подход к терапевтическому процессу, к отношениям между клиентом и терапевтом. Он подчеркивал, что *терапевт кроме*

---

<sup>1</sup> Хьелл Л., Зиглер Д. Указ. соч. С. 549–551.

*профессиональной подготовки должен обладать определенными личностными качествами, которые позволят устанавливать с клиентом отношения принятия и понимания.*

В *недирективной* психотерапии усилия терапевта направлены на установление *эмпатического* взаимодействия. Основная функция терапевта – создать условия, чтоб клиент мог снизить свою защищенность и осознать свои мысли, чувства и конфликты. Клиент должен чувствовать себя безусловно принятым, понятым и оцененным как личность. Роджерс подчеркивал: чтобы понимать клиента, терапевт должен смотреть на все глазами клиента, учитывать его опыт. Терапевт должен быть искренним, готовым выразить свои чувства и отношения, а это значит, что он должен осознавать свои собственные чувства настолько это возможно, не закрывая их от себя.

В работе «Консультирование и психотерапия» (1942) Роджерс выделяет составляющие психотерапевтического процесса от обращения клиента за помощью, до инсайта и снижения потребности. Терапия Роджерса применяется в решении профессиональных проблем, проблем в супружеских отношениях, лечении психосоматических расстройств, в игровой терапии с проблемными детьми, в групповой терапии. Эффект групповой терапии заключается в наблюдении за действиями партнера как за наглядным близким примером и получении непосредственного опыта взаимодействия с другими в группе под руководством терапевта.

Роджерс приходит к выводу, что терапия – это не наука, «это отношения, зависящие отчасти от душевного здоровья терапевта, которые дают ему возможность заронить и взрастить семена этого здоровья в клиенте»<sup>1</sup>.

Роджерс отстаивал мнение, что люди, независимо от того, являются они экспертами или нет, имеют врожденные терапевтические способности, поэтому он начинает работать с *группами встреч*, занимается изучением группового опыта.

В 1947 г. в США основаны национальные лаборатории по тренингу, которые развивают деятельность Т-групп (тренинговых групп, или групп тренинга умений), в которых обучают управлению тревогой, планированию карьеры, принятию решений, родительским функциям и т. п. (Н. С. Аболина, К. Рудестам).

Бурный рост гуманистической терапии, или терапии развития, приходится на 60–70-е гг. когда миллионы людей в США записывались в *груп-*

---

<sup>1</sup> Цит. по: Фрейдджер Р., Фейдимен Д. Указ. соч. С. 485.

*ны встреч, на сеансы развития способности чувствовать и на курсы раскрытия потенциала человека при школах, бизнес-клубах, церквях, клиниках и даже в тюрьмах.*

В последние годы жизни Роджерс применял свою теорию в группах людей с различной расовой и этнической принадлежностью, представителей враждебных сторон и т. п. Он показывал, что методы, помогающие человеку в личностном росте, можно применять к людям разных обществ, чтобы оптимизировать коммуникацию, установить отношения доверия, стимулировать сотрудничество несмотря на разницу культур.

### **9.15. Общие оценки теорий К. Роджерса**

Работы Роджерса оказали существенное влияние на общее представление о потенциале человеческой личности. Он по праву считается одним из основателей движения за общую гуманизацию психологии.

Личностно ориентированная терапия Роджерса имела большое значение для развития психологии, в мире появилось огромное количество публикаций на эту тему. Эта теория принята многими психологами из-за акцента на личностном начале в человеке. При этом отмечается, что ортодоксальные «роджерсианские психотерапевты» оказываются неэффективными в случае проявления клиентами интенсивных негативных эмоций и агрессии. Роджерса критиковали также за то, что он «сглаживает» темные стороны человеческой природы.

С точки зрения социальной психологии особый интерес представляет вклад К. Роджерса в разработку Я-концепции. Она подвергалась критике за отсутствие ясности в вопросе о врожденных предпосылках и потенциале актуализации, а также за постоянное акцентирование роли сознательных факторов, в отличие от бессознательных, в психической жизни человека.

Роджерс разработал оригинальную концепцию воспитания, основанную на безусловном позитивном внимании, т. е. принятии индивида таким, как он есть, без критики и оговорок как единственном способе не препятствовать актуализации ребенка.

Теории Роджерса и его метод терапии получили признание и широко используются как в научных исследованиях, так и в клинической практике. Его работы постоянно переиздаются, а основанные им терапевтические центры успешно работают.

## 9.16. Значение гуманистической психологии

Гуманистическая психология предлагала свое собственное понимание предмета психологии, ее методов, задач и терминологии. У ее основателей была страстная убежденность в собственной правоте. Следует отметить отказ от психопатологической направленности традиционной психологии и акцент на изучении здоровой личности. Привлекательными остаются оптимизм гуманистических психологов и относительная простота ее технологий, что особенно важно в педагогической практике.

Однако, несмотря на все внешние признаки оформившейся школы, гуманистическая психология не стала полноценной психологической школой, это признали последователи этого направления на собрании в 1985 г., т. е. спустя почти три десятка лет после оформления движения. «Гуманистическая психология оказалась грандиозным экспериментом, но экспериментом по большей части неудачным. В настоящее время гуманистическая психология не смогла оформиться в самостоятельную научную школу, а также выработать своей теории или чего-либо, заслуживающего названия философии науки»<sup>1</sup>. С такой оценкой согласен и сам Карл Роджерс. «Гуманистическая психология не смогла оказать существенное воздействие на основное русло развития психологической мысли. Наше движение все еще расценивают как нечто малозначительное»<sup>2</sup>.

Но, несмотря на то, что гуманистическая психология не оформилась в самостоятельную психологическую школу, она способствовала трансформации основных направлений психоанализа и бихевиоризма, отстаивая идею о том, что человек в состоянии свободно и сознательно влиять на формирование собственной личности. Развитие гуманистической психологии содействовало оживлению интереса к исследованию сознания и в рамках академической психологии, ее идеи использовались в когнитивной психологии. Гуманистическая психология помогла оформлению тех изменений, которые уже назрели в психологической мысли. С этих позиций можно утверждать, что в целом данное движение оказалось успешным.

---

<sup>1</sup> Шульц Д. П., Шульц С. Э. Указ. соч. С. 479–480.

<sup>2</sup> Цит. по: Шульц Д. П., Шульц С. Э. Указ. соч. С. 479–480.



## Глава 10. КОГНИТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ЕЕ ПЕРСПЕКТИВЫ

*Когнитивная психология (когнитивный подход)* формируется в США так же как, и гуманистическая психология, в 1960-е гг. Как и ее предшественники, она имела свою историю и своих основателей. Некоторые исследователи говорят, что когнитивная психология одновременно и самая новая, и самая древняя традиция в истории психологии (Д. Шульц и С. Шульц).

К *когнитивной сфере* относят все психические процессы, выполняющие функцию рационального познания (от лат. *cognitio* – знание, познание, изучение, осознание). К *когнитивным процессам* обычно относят *память, внимание, восприятие, понимание, мышление, принятие решений, действия и воздействия* в той части, в какой они заняты познавательными процессами.

Понятие «когнитивное» (когнитивные процессы, когнитивная психология и когнитивная психотерапия и т. п.) получает распространение во время увлечения кибернетикой и электронным моделированием интеллектуальных процессов. Исследователи пытались моделировать все психические процессы человека, вновь используя механистический подход: человек – это сложная машина. Только теперь используется модель вычислительной машины, и далее – модель компьютера («компьютерная метафора»).

Когнитивная психология использует представление о человеке как системе, занятой поиском сведений об объектах и событиях окружающего мира, перерабатывающей и хранящей поступающую информацию. Каждый познавательный процесс обеспечивает реализацию разных стадий переработки информации. Многие термины заимствованы из вычислительных технологий, например, термин «переработка информации». Используется сходство между компьютерными операциями и познавательными процессами человека.

Когнитивная психология предполагает, что информация перерабатывается поэтапно, на каждом этапе она находится определенное время и представлена в различной форме. Обработка информации реализуется с помощью регуляторных процессов (распознавание образов, внимание, повторение информации и т. д.). Задачей является выявление пределов способностей человека к переработке информации на каждом этапе, в каждом «блоке». Наглядные изображения блоков в виде прямоугольников с надписями внутри обычно соединяются стрелками, которые показывают направление

«течения» информации. Уточнение и усовершенствование предлагаемых моделей – это непрерывный процесс в когнитивном направлении.

## 10.1. Источники когнитивной психологии

Когда психология оформилась в самостоятельную дисциплину, предметом ее изучения было сознание. В. Вундт и его последователи изучали элементы сознания, его функции. Основным методом довольно долго был метод интроспекции (самонаблюдения).

Американский бихевиоризм в лице Д. Уотсона нарушил эту традицию, отказавшись признавать существование такого психологического феномена, как сознание (в США его не изучали почти 50 лет). Но уже в бихевиоризме Э. Толмена появляются промежуточные переменные, связанные с когнитивными процессами. Появляется идея «когнитивных карт».

Гештальтпсихология также оказала влияние на когнитивное движение, она изучала целостные образы восприятия, и далее мышление и проблемы научения.

К когнитивному направлению относят теории швейцарского психолога **Жана Пиаже** (Jean William Fritz Piaget, 1896–1980), который проводил исследования стадий когнитивного развития ребенка (этому посвящена его книга «Психология интеллекта»). Работы Пиаже 1920–30-х гг. оказали значительное влияние на европейскую психологию, но этот подход не получил распространения в США из-за популярности бихевиоризма. Но как только когнитивное направление начало распространяться в Америке, интерес к работам Пиаже сразу возрос. Пиаже стал первым европейским психологом, получившим от Американской психологической ассоциации награду «За выдающийся вклад в развитие науки» в 1969 г.

## 10.2. Развитие когнитивной психологии

В истории когнитивной психологии отмечают вклад **Ульрика Найсера** (Ulric Neisser, 1928–2012) и **Джорджа Армитажа Миллера** (George Armitage Miller, 1920–2012).

Миллер начал свою научную карьеру с изучения английской филологии и лингвистики, затем занимался психологией, в частности проблемами речевой коммуникации, проблемами психолингвистики (его книга «Язык и общение» вышла в 1951 г.). Миллер придерживался бихевиористских позиций, поскольку во всех университетах и профессиональных организациях ведущая

роль принадлежала бихевиористам. В середине 1950-х гг. он увлекся использованием статистических методов в изучении процесса научения, теорией информации и компьютерным моделированием процесса мышления, увидел сходство между деятельностью мышления и компьютерными операциями и начал интересоваться когнитивно ориентированной психологией.

Вместе со своим коллегой **Джеромом Брунером** (Jerom Bruner) он создает при Гарвардском университете исследовательский центр по изучению процессов мышления. Они назвали новый исследовательский центр центром когнитивных исследований. Его основатели стремились выразить, что они далеки от бихевиоризма. (Как уже отмечалось ранее, каждое новое течение отделяет себя от предшествующих концепций.)

В Центре когнитивных исследований изучались язык, память, процессы восприятия и образования понятий, мышление и психология развития. В признание заслуг Миллера в 1969 г. избирают президентом Американской психологической ассоциации и присуждают ему награду «За выдающийся вклад в науку» и золотую медаль в области прикладной психологии.

У. Найссер изучал физику, затем под впечатлением лекций Дж. А. Миллера он переключился на изучение психологии. Прослушав курс по психологии общения у Миллера, он ознакомился с основами теории информации, изучал работу Коффки «Принципы гештальтпсихологии». Далее Найссер работал под руководством А. Маслоу, которому не удалось склонить Найссера встать в ряды сторонников гуманистической психологии.

В 1967 г. Найссер опубликовал книгу под названием «Когнитивная психология», в которой определил «новое поле исследования» и дал определение нового подхода в психологии. Данная книга пользовалась необычайной популярностью, и в один прекрасный момент Найссер обнаружил, что его называют отцом когнитивной психологии. Эта работа способствовала отходу психологии от бихевиоризма и обращению ее к проблемам познания. Найссер определил познание как процесс, при помощи которого *входящие сенсорные данные подвергаются трансформации, редукации, обработке, накоплению, воспроизведению и в дальнейшем используются. Познание присутствует в любом акте человеческой деятельности.* Таким образом, когнитивная психология имеет дело с ощущениями, восприятием, воображением, памятью, мышлением и всеми остальными видами психической активности<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Шульц Д. П., Шульц С. Э. Указ. соч.

В работе «Познание и реальность» (1976) Найссер выражает неудовлетворенность явным сужением позиции приверженцев когнитивного направления, которые полагаются на исследования искусственных лабораторных ситуаций в ущерб изучению реальных жизненных случаев. Он начинает подвергать сомнению когнитивное движение, как прежде бихевиоризм.

Когнитивная психология использует следующие положения:

- *Представление о поэтапной переработке информации.*
- *Допущение об ограниченной емкости системы переработки информации.* Ограниченность способности человека осваивать новую информацию и преобразовывать уже существующую заставляет искать наиболее эффективные и адекватные способы ее переработки.

- *Представление о кодировании информации в психике.*

В настоящее время когнитивная психология активно развивается и уже стала одним из самых влиятельных направлений мировой психологической мысли.

В целом когнитивное движение можно оценить как успешное. В начале 70-х гг. оно привлекло к себе столько сторонников, что возникла потребность в специальных научных журналах этого направления («Когнитивная психология», «Познание» и др.).

Дж. Брунер определил когнитивную психологию как *революцию, всю глубину которой мы еще не в состоянии оценить*. Ее влияние распространяется на большинство основных разделов психологии, а базовые идеи когнитивного движения приняты психологами по всей Европе и в России.

Когнитивные науки объединяют самые разнообразные отрасли знания. В них входят когнитивная психология, лингвистика, антропология, философия, компьютерные науки, программы создания искусственного интеллекта, науки о закономерностях нервной деятельности.

### **10.3. Перспективы когнитивного направления**

Никакая революция, даже самая успешная, не обходится без критики. Когнитивный подход этого тоже не избежал: бихевиористы постоянно высказываются против когнитивной психологии, ее предмета изучения и методов.

Среди когнитивных психологов также нет единства в трактовке большинства основных понятий. Нет общего представления о путях ее развития и значении для будущей науки.

Ряд исследователей упрекает когнитивную психологию в явной переоценке роли и значения когнитивных факторов в ущерб другим факторам, таким как мотивация и эмоции. Появляются условия для замыкания когнитивной психологии на процессах мышления, подобно тому как в свое время бихевиоризм сосредоточился на поведенческих актах.

Некоторые критики не видят прогресса когнитивной психологии, т. е. многие психологи просто усвоили новый термин, ничего существенно не поменяв в теории. Но когнитивная психология охватывает весь диапазон психических процессов: ощущение, восприятие, распознавание паттернов, внимание, сознание, научение, память, формирование понятий, мышление, воображение и др. Модели познавательных процессов позволяют по-новому взглянуть на сущность психической жизни человека.

С расширением предметной области исследований когнитивной психологии обнаруживается ограниченность информационного подхода, особенно при анализе речевой деятельности, мышления, долговременной памяти и структуры интеллекта. Современные когнитивисты начали обращаться к генетической психологии (Ж. Пиаже), культурно-исторической концепции высших психических функций (Л. С. Выготский), деятельностному подходу (А. Н. Леонтьев и др.).

Когнитивная психология еще находится в стадии развития. Она обладает всеми атрибутами и признаками научной школы: у нее есть свои понятия, теории, последователи, свои журналы, лаборатории, научные конференции. Когнитивная психология стала частью психологической мысли. Наиболее яркие представители когнитивной психологии – Дж. Брунер, Дж. Келли, У. Найсер, Д. Норман, Г. Саймон, Л. Фестингер, Ф. Хайдер.

В каждой области психологии можно обнаружить когнитивные факторы: атрибутивную теорию в социальной психологии, теорию когнитивного диссонанса Фестингера, теорию личностных конструктов Келли, исследование мотивации и эмоций, процессов обучения, запоминания, восприятия, а также информационный подход к проблеме принятия решений и решения задач. Велика роль когнитивных факторов и в прикладных областях исследований: клинической психологии, школьной психологии, индустриальной (организационной) психологии и т. д.

Происходит пересмотр традиционных, устоявшихся психологических, физиологических, социально-психологических форм мышления, формируются новые представления о человеке, его психике и телесности. Это проблемы не только психологии, но и смежных наук.

## Заключение

Профессиональное, глубокое освоение психологии предполагает знание не только понятий, феноменов, теорий и проблем современной науки, но и истории ее становления и развития.

История психологии, как и история любой другой науки, изучает происходящее и исследует исторические события, опыт прошлого, особенности жизни и личности творцов науки. Она объединяет разные области исследований и проблемы психологической науки и позволяет изучить ее достижения, разнообразные психологические концепции, школы и подходы. Изучение психологических теорий способствует формированию системы оценочных суждений различных подходов и направлений в психологии, усвоению принципов историко-психологического анализа, а также формированию общего взгляда на мир и отношения к нему.

Ретроспекция научных теорий и подходов дает возможность понять, как появлялись и формировались основные понятия, принципы и теории психологии; в каких условиях были постановлены и решались разнообразные психологические проблемы; осмыслить пути формирования методов исследования психических явлений; выяснить, что послужило основой формирования и развития новых подходов и направлений психологической науки.

Изучение концепций и идей разных авторов – увлекательный процесс. В истории психологии отражено развитие всего человечества и всех научных знаний, связанных с человеком. Исторический анализ позволяет выявить достоинства и ограничения разработанных психологами теорий, их личные истории, повлиявшие на выбор проблемы для научных исследований.

В рамках данной работы рассмотрены основные, с точки зрения автора, теории и подходы психологии, которые оказали значительное влияние на развитие психологической науки и получили практическое применение. Психология – довольно молодая наука, поэтому полноценный анализ можно будет проводить еще не скоро. Но и сегодня можно четко проследить преемственность научных идей и методов исследования.

Ретроспекция психологических теорий, концепций, подходов показывает, что любое научное направление всегда дает импульс развитию новой научной мысли. И если ранние школы и направления были «замкнуты» внутри психологии, то развитие психологической науки расширяет

диапазон ее влияния и на смежные научные области, и на всю науку и социальную практику в целом. Наступает период, когда научное направление начинает ограничивать область исследований и некритично относиться к своей деятельности: преувеличивать достижения и не замечать ограничений. В истории психологии было немало примеров, когда научное направление, теория, подход превращались в догму и ограничивали возможности развития других теорий и методов исследования.

Нужны усилия, чтоб переориентировать психологическую мысль, изменить критическое отношение к истории и обосновать нынешние тенденции развития психологии.

Прогресс науки проявляется в стремлении «надстраивать» все новые и новые этажи знания. Нет конца, нет предела, нет и завершения. Существует только неустанное стремление к росту и совершенству.

## Библиографический список

*Аболина Н. С.* Формирование аутокомпетентности студентов в процессе интенсивной групповой подготовки: диссертация ... кандидата педагогических наук / Н. С. Аболина. Екатеринбург, 2005. 172 с.

*Айзенк Г. Ю.* Психология: польза и вред. Смысл и бессмыслица. Факты и вымысел / Г. Ю. Айзенк. Минск: Харвест, 2003. 912 с.

*Ананьев Б. Г.* Избранные психологические труды: в 2 томах. Москва: Педагогика, 1980. Т. I. 232 с.; Т. II. 288 с.

*Асмолов А. Г.* Психология личности / А. Г. Асмолов. Москва: Смысл: Академия, 2007. 525 с.

*Ассаджиоли Р.* Психосинтез: теория и практика. От душевного кризиса к высшему «Я» / Р. Ассаджиоли. Москва: RELF-book, 1994. 319 с.

*Бердяев Н. А.* Самопознание / Н. А. Бердяев. Москва: Книга, 1991. 470 с.

*Берн Э.* Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры / Э. Берн. Москва: Эксмо, 2007. 576 с.

*Берн Э.* Трансактный анализ в группе / Э. Берн. Москва: Лабиринт, 1994. 176 с.

*Бехтерев В. М.* Объективная психология / В. М. Бехтерев. Москва: Наука, 1991. 480 с.

*Блонский П. П.* Избранные педагогические и психологические сочинения: в 2 томах / П. П. Блонский. Москва: Мысль, 1979. Т. 1. 304 с.; Т. 2. 400 с.

*Брунер Дж.* Психология познания / Дж. Брунер. Москва: Прогресс, 1977. 285 с.

*Бэндлер Р.* Структура магии. Главная книга по НЛП в мире / Р. Бэндлер, Д. Гриндер. Москва: Прайм-Еврознак, 2007. 384 с.

*Введение в психологию* / Р. Л. Аткинсон [и др.]; под общ. ред. В. П. Зинченко, А. И. Назарова, Н. Ю. Спомиора. Санкт-Петербург: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2007. 816 с.

*Великие психологи.* Ростов-на-Дону: Феникс, 2000. 574 с. (Исторические силуэты).

*Величковский Б. М.* Когнитивная наука. Основы психологии познания: в 2 томах / Б. М. Величковский. Москва: Академия, 2006. Т. 1. 448 с.; Т. 2. 432 с.



*Вертгеймер М.* Продуктивное мышление: перевод с английского / М. Вертгеймер; общ. ред. С. Ф. Горбова, В. П. Зинченко. Москва: Прогресс, 1987. 336 с.

*Вундт В.* Введение в психологию / В. Вундт. Москва: Ком Книга, 2007. 168 с.

*Вундт В.* Проблемы психологии народов / В. Вундт. Москва: Академический проект, 2011. 144 с.

*Выготский Л. С.* Развитие высших психических функций / Л. С. Выготский. Москва: АПН РСФСР, 1960. 499 с.

*Выготский Л. С.* Собрание сочинений: в 6 томах / Л. С. Выготский. Москва: Педагогика, 1982–1984. Т. 1. 1982. 487 с.; Т. 2. 1982. 504 с.; Т. 3. 1983. 368 с.; Т. 4. 1984. 432 с.; Т. 5. 1985. 368 с.; Т. 6. 1984. 400 с.

*Выготский Л. С.* Этюды по истории поведения. Обезьяна. Примитив. Ребенок / Л. С. Выготский, А. Р. Лурия. Москва: Педагогика-Пресс, 1993. 224 с.

*Гальперин П. Я.* Введение в психологию: учебное пособие для вузов / П. Я. Гальперин. Москва: Университет, 1999. 332 с.

*Гроф С.* За пределами мозга / С. Гроф. Москва: Изд-во Трансперсон. ин-та, 1993. 497 с.

*Гроф С.* Путешествие в поисках себя / С. Гроф. Москва: Изд-во Трансперсон. ин-та, 1994. 342 с.

*Гроф С.* Человек перед лицом смерти / С. Гроф. Москва: АСТ, 2002. 239 с.

*Гуленко В. В.* Менеджмент слаженной команды. Соционика для руководителей / В. В. Гуленко. Москва: Астрель: АСТ, 2003. 282 с.

*Дадун Р.* Фрейд / Р. Дадун. Москва: Х. Г. С., 1994. 512 с.

*Декарт Р.* Разыскание истины / Р. Декарт. Санкт-Петербург: Азбука, 2000. 284 с.

*Джеймс У.* Психология / У. Джеймс. Москва: Академический проект, 2011. 318 с.

*Джонс Э.* Жизнь и творения Зигмунда Фрейда / Э. Джонс. Москва: Гуманитарий, 1997. 448 с.

*Ждан А. Н.* История психологии. От античности к современности: учебник для студентов психологических факультетов университетов / А. Н. Ждан. 2-е изд. Москва: Изд-во Рос. пед. агентства, 1997. 442 с.

*Журавлев А. Л.* Методология, теория и история психологии / А. Л. Журавлев, А. В. Юревич. Москва: Ин-т психологии РАН, 2007. 527 с.

*Запорожец А. В.* Избранные психологические труды / А. В. Запорожец. Москва: Директ – Медиа, 2008. 1287 с.

*Зейгарник Б. В.* Теории личности в зарубежной психологии / Б. В. Зейгарник. Москва: Изд-во Моск. ун-та, 1982. 129 с.

*Зинченко В. П.* Человек развивающийся. Очерки российской психологии / В. П. Зинченко, Е. Б. Моргунов. Москва: Тривола, 1994. 304 с.

*История зарубежной психологии (30–60-е гг. XX века): тексты* / под ред. П. Я. Гальперина, А. Н. Ждан. Москва: Изд-во Моск. ун-та, 1986. 344 с.

*История психологии (10-е – 30-е гг. Период открытого кризиса): тексты* / отв. ред. П. Я. Гальперин, А. Н. Ждан. 2-е изд., доп. Москва: Изд-во Моск. ун-та, 1992. 364 с.

*История психологии в лицах: персоналии* / под ред Л. А. Карпенко. Москва: ПЕР СЭ, 2005. 784 с.

*История психологии. XX век. Хрестоматия для вузов* / под ред. П. Я. Гальперина, А. Н. Ждан. Москва: Академический проект, 2005. 832 с.

*Келер В.* Исследование интеллекта человекоподобных обезьян / В. Келер. Москва: АСТ, 1998. 683 с.

*Келли Дж.* Психология личности. Теория личностных конструктов / Дж. Келли. Санкт-Петербург: Речь, 2000. 256 с.

*Когнитивная психология: учебник для вузов* / под ред. В. Н. Дружинина, Д. В. Ушакова. Москва: ПЕР СЭ, 2002. 480 с.

*Кольцова В. А.,* Теоретико-методологические основы истории психологии / В. А. Кольцова. Москва: Ин-т психологии РАН, 2004. 416 с.

*Кэмпбелл Дж.* Герой с тысячью лиц / Дж. Кэмпбелл. Киев: София, 1997. 336 с.

*Лазурский А. Ф.* Очерк науки о характерах / А. Ф. Лазурский. Москва: Наука, 1995. 271 с.

*Лебедева Н. М.* Путешествие в Гештальт: теория и практика / Н. М. Лебедева, Е. А. Иванова. Санкт-Петербург: Речь, 2005. 560 с.

*Левин К.* Теория поля в социальных науках / К. Левин. Санкт-Петербург: Речь: Сенсор, 2000. 368 с.

*Лейбин В. М.* Фрейд, психоанализ и современная западная философия / В. М. Лейбин. Москва: Политиздат, 1990. 397 с.

*Леонтьев А. Н.* Избранные психологические произведения: в 2 томах / А. Н. Леонтьев. Москва: Педагогика, 1983. Т. 1. 392 с.; Т. 2. 320 с.

*Леонтьев А. Н.* Проблемы развития психики / А. Н. Леонтьев. 4-е изд. Москва: Изд-во Моск. гос. ун-та, 1981. 584 с.

*Лихи Т.* История современной психологии / Т. Лихи. Санкт-Петербург: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. 384 с.

*Лобок А. М.* Антропология мифа / А. М. Лобок. Екатеринбург: Андеграунд, 1997. 688 с.

*Ломов Б. Ф.* Методологические и теоретические проблемы психологии / Б. Ф. Ломов. Москва: Наука, 1984. 226 с.

*Лоуэн А.* Любовь и оргазм / А. Лоуэн; Ин-т общегуманит. исслед. Москва: АСТ, 1998. 432 с.

*Лоуэн А.* Терапия, которая работает с телом (Биоэнергетика) / А. Лоуэн. Москва: Речь, 2000. 272 с.

*Лурия А. Р.* Язык и сознание / А. Р. Лурия; под ред. Е. Д. Хомской. Ростов-на-Дону: Феникс, 1998. 416 с.

*Малашкина М. М.* Популярная история психологии / М. М. Малашкина. Москва: Вече, 2002. 240 с.

*Марцинковская Т. Д.* История психологии: учебник для вузов / Т. Д. Марцинковская, А. В. Юревич. Москва: Академический проект, 2011. 521 с.

*Марцинковская Т. Д.* 100 выдающихся психологов мира / Т. Д. Марцинковская, М. Г. Ярошевский. Москва: Ин-т практ. психологии; Воронеж: Модэк, 1995. 320 с.

*Маслоу А.* Мотивация и личность: перевод с английского / А. Маслоу. 3-е изд. Санкт-Петербург: Питер, 2008. 352 с.

*Маслоу А.* Новые рубежи человеческой природы / А. Маслоу. Москва: Альпина нон-фикшн, 2011. 498 с.

*Менегетти А.* Клиническая онтопсихология: перевод с английского / А. Менегетти; Славян. ассоц. онтопсихологии. Москва, 1997. 320 с.

*Мерлин В. С.* Психология индивидуальности: избранные психологические труды / В. С. Мерлин; Ин-т практ. психологии. Воронеж: Модэк, 1996. 446 с.

*Морено Я.* Социометрия. Экспериментальный метод и наука об обществе / Я. Морено. Москва: Академический проект, 2004. 320 с.

*Морозов А. В.* История психологии / А. В. Морозов. Москва: Академический проект, 2007. 288 с.

*Мэй Р.* Любовь и воля / Р. Мэй; Ин-т общегуманит. исслед. Москва: ИКЦ «Маркетинг»: Винтаж, 2007. 288 с.

*Найссер У.* Познание и реальность. Смысл и принципы когнитивной психологии / У. Найссер. Москва: Прогресс, 1981. 232 с.

*Никитин В. В.* Психология телесного сознания / В. В. Никитин. Москва: Алетейя, 1999. 488 с.

*Новоженков Ю. И.* Таинственное либидо. Социобиологический анализ человеческой сексуальности / Ю. И. Новоженков. Екатеринбург: Банк культурной информации, 1999. 769 с.

*Перлз Ф.* Гештальт-подход и Свидетель терапии / Ф. Перлз. Москва: Либрис, 1996. 240 с.

*Перлз Ф.* Гештальт-семинары / Ф. Перлз; Ин-т общегуманит. исслед. Москва, 1998. 336 с.

*Перлз Ф.* Опыты психологии самопознания / Ф. Перлз; пер. М. П. Гиль-Эсте. Москва, 1993. 240 с.

*Перлз Ф.* Эго, голод и агрессия / Ф. Перлз; под ред. Д. Н. Хломова / пер. с англ. Н. Б. Кедрова, А. Н. Костриковой. Москва: Смысл, 2000. 358 с.

*Петровский А. В.* История и теория психологии: в 2 томах / А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. Ростов-на-Дону: Феникс, 1996. Т. 1. 415 с.; Т. 2. 413 с.

*Петровский А. В.* Психология и время / А. В. Петровский. Санкт-Петербург: Питер, 2007. 448 с.

*Пиаже Ж.* Психология интеллекта / Ж. Пиаже. Санкт-Петербург: Питер, 2003. 192 с.

*Райх В.* Психология масс и фашизм / В. Райх. Москва: АСТ, 2004. 539 с.

*Райх В.* Функция оргазма. Основные сексуально-экономические проблемы биологической энергии / В. Райх. Санкт-Петербург; Москва: Университетская книга: АСТ, 1997. 303 с.

*Роджерс К.* Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Роджерс. Москва: Прогресс, 1994. 314 с.

*Роллс Дж.* Классические случаи в психологии / Дж. Роллс. Санкт-Петербург: Питер, 2010. 256 с.

*Рубинштейн С. Л.* Проблемы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. Москва: Педагогика, 1973. 424 с.

*Рудестам К.* Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика / К. Рудестам. Москва: Прогресс, 1993. 368 с.

*Сартр Ж.-П.* Фрейд / Ж.-П. Сартр. Санкт-Петербург: Азбука, 2000. 68 с.

*Семинар* с доктором медицины Милтоном Г. Эриксоном (Уроки гипноза) / ред. и коммент. Дж. К. Зейга. Москва: Класс, 2011. 336 с. (Библиотека психологии и психотерапии).

*Сеченов И. М.* Элементы мысли / И. М. Сеченов. Санкт-Петербург: Питер, 2001. 416 с.

*Смит Н.* Современные системы психологии / Н. Смит; пер. с англ. под общ. ред. А. А. Алексеева. Санкт-Петербург: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. 384 с.

*Современный психологический словарь* / под ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. Москва: АСТ, 2007. 640 с.

*Степанов С. С.* Психология в лицах / С. С. Степанов. Москва: ЭКСМО-ПРЕСС, 2001. 384 с.

*Теплов Б. М.* Избранные труды: в 2 томах / Б. М. Теплов. Москва: Педагогика, 1985. Т. 1. 328 с.; Т. 2. 360 с.

*Тихомиров О. К.* Психология мышления / О. К. Тихомиров. Москва: Изд-во Моск. ун-та, 1984. 272 с.

*Тоффлер А.* Футурошок / А. Тоффлер. Санкт-Петербург: Лань, 1997. 464 с.

*Удалова Е. А.* Уроки соционики, или Самое главное, чему нас не научили в школе / Е. А. Удалова, Л. А. Бескова. Москва: Астрель-АСТ, 2003. 478 с.

*Узнадзе Д. Н.* Экспериментальные основы психологии установки / Д. Н. Узнадзе. Тбилиси: Изд. АПН Груз. ССР, 1961. 157 с.

*Фельденкрайз М.* Осознавание через движение: двенадцать практических уроков / М. Фельденкрайз; Ин-т общегуманит. исслед. Москва, 2004. 244 с.

*Франкл В.* Основы логотерапии. Психотерапия и религия / В. Франкл. Санкт-Петербург: Речь, 2000. 420 с.

*Франкл В.* Человек в поисках смысла / В. Франкл. Москва: Прогресс, 1990. 368 с.

*Фрейд З.* Введение в психоанализ: лекции / З. Фрейд. Москва: Наука, 1989. 456 с.

*Фрейд З.* Психология бессознательного / З. Фрейд. Москва: Просвещение, 1990. 448 с.

*Фрейд З.* Толкование сновидений / З. Фрейд. Минск: Харвест, 2004. 480 с.

*Фрейджер Р.* Личность: теории, эксперименты, упражнения / Р. Фрейджер, Д. Фейдимен. Санкт-Петербург: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2001. 864 с.

*Фромм Э.* Анатомия человеческой деструктивности / Э. Фромм. Москва: Республика, 1994. 447 с.

- Фромм Э.* Догмат о Христе / Э. Фромм. Москва: Олимп, 1998. 416 с.
- Фромм Э.* Бегство от свободы; человек для себя / Э. Фромм. Москва: АСТ, 2008. 112 с.
- Функ Р.* Эрих Фромм: страницы документальной биографии / Р. Функ. Москва: Республика, 1992. 121 с.
- Холл К. С.* Теории личности / К. С. Холл, Л. Гарднер. Москва: ЭКСМО-Пресс, 1999. 592 с.
- Хорни К.* Женская психология / К. Хорни. Санкт-Петербург: Вост.-Европ. ин-т психоанализа. 1993. 224 с.
- Хорни К.* Невротическая личность нашего времени. Самоанализ / К. Хорни. Москва: Прогресс-Универс, 1993. 343 с.
- Хрестоматия* по телесно-ориентированной психотерапии и психотехнике / под ред. В. Ю. Баскакова. Москва: Смысл, 1997. 159 с.
- Хьелл Л.* Теории личности (Основные положения, исследование и применение) / Л. Хьелл, Д. Зиглер. Санкт-Петербург: Питер Пресс, 1997. 608 с.
- Шульц Д. П.* История современной психологии: перевод с английского / Д. П. Шульц, С. Э. Шульц. Санкт-Петербург: Евразия, 1998. 528 с.
- Экзистенциальная психология* / Р. Мэй [и др.]; Ин-т общегуманит. исслед. Москва, 2005. 160 с.
- Юнг К. Г.* Аналитическая психология / К. Г. Юнг. Москва: Просвещение, 1996. 206 с.
- Юнг К. Г.* Воспоминания, сновидения, размышления / К. Г. Юнг. Киев: Ваклер, 1994. 405 с.
- Юнг К. Г.* Психологические типы / К. Г. Юнг. Москва: Университетская книга, 1996. 716 с.
- Юнг К. Г.* Сознание и бессознательное: перевод с английского / К. Г. Юнг. Санкт-Петербург: Университетская книга, 1997. 554 с.
- Якунин В. А.* История психологии / В. А. Якунин. Санкт-Петербург: Изд-во В. А. Михайлова, 1998. 376 с.
- Ялом И.* Психотерапевтические истории / И. Ялом. Москва: Эксмо, 2002. 960 с.
- Ярошевский М. Г.* История психологии от античности до середины XX века / М. Г. Ярошевский. Москва: Мысль, 1996. 416 с.
- Ярошевский М. Г.* Психология в XX столетии / М. Г. Ярошевский. Москва: Изд-во полит. лит., 1974. 447 с.

## Перечень основных имен в истории психологии

**Августин Аврелий (Augustin A.) (354–430)** – римский философ, богослов, родоначальник христианской философии, автор идеи о внутреннем опыте, учения о волюнтаризме.

**Адлер Альфред (Adler A.) (1870–1937)** – австрийский врач-психиатр, психолог, основатель индивидуальной психологии.

**Аристотель (384–322 до н. э.)** – древнегреческий философ-энциклопедист, создатель первого систематизированного учения о психике.

**Берн Эрик (Бернстайн (Бернштейн) Эрик Леннард) (Berne E. L.) (1910–1970)** – американский психолог и психиатр, основоположник транзактного анализа и сценарного анализа.

**Бехтерев Владимир Михайлович (1857–1927)** – русский невролог, психиатр и психолог, основатель рефлексологии.

**Бине Альфред (Binet A.) (1857–1911)** – французский психолог, исследователь высших психических функций, автор тестов интеллекта.

**Бэкон Фрэнсис (Bacon F.) (1561–1626)** – английский философ, историк, политический деятель, основатель эмпиризма.

**Вертгеймер Макс (Wertheimer M.) (1880–1943)** – немецкий психолог, один из основателей и главный теоретик гештальтпсихологии.

**Вундт Вильгельм Максимилиан (Wuhdt W. M.) (1832–1920)** – немецкий психолог, физиолог, философ, основатель психологии как самостоятельной науки.

**Выготский Лев Семенович (1896–1934)** – русский психолог и философ, автор культурно-исторической теории, основатель школы отечественной психологии.

**Гальтон (Голтон) Фрэнсис (Galton F.) (1822–1911)** – английский психолог и антрополог, один из основателей дифференциальной психологии и метода тестов.

**Гартли Давид (Hartley D.) (1705–1757)** – английский философ, основатель ассоциативной психологии.

**Гельмгольц Герман Людвиг Фердинанд (Helmholtz H. L. F.) (1821–1894)** – немецкий естествоиспытатель, физиолог, психолог, автор фундаментальных трудов по физике, биофизике, физиологии, психологии.

**Гераклит (Ἡράκλειτος) (530–470 до н. э.)** – древнегреческий философ-диалектик, автор идей о материальной природе души, о зависимости психического от общих законов природы, о непрерывном изменении.

**Гиппократ (Ἱπποκράτης) (460–370 до н. э.)** – древнегреческий врач, реформатор античной медицины. Автор учения о темпераментах.

**Дарвин Чарльз Роберт (Darwin Ch. R.) (1809–1882)** – английский естествоиспытатель, создатель эволюционной теории.

**Декарт Рене (Descartes R.) (1596–1650)** – французский философ, математик, физик и физиолог, автор представлений о рефлексе, в основе философии – дуализм: душа отождествляется с мышлением, сознанием.

**Демокрит (Δημόκριτος) (460–370 до н. э.)** – древнегреческий философ-материалист, основатель атомистической теории мира.

**Ибн-Рушд (Ибн-Рошд) (латинизир. Аверроэс) (1126–1198)** – арабский философ, врач, представитель арабского аристотелизма.

**Ибн-Сина (латинизир. Авиценна) (980–1037)** – среднеазиатский ученый, философ, врач, исследователь взаимодействия физического и психического.

**Келер Вольфганг (Köhler W.) (1887–1967)** – немецкий психолог, один из основателей гештальтпсихологии.

**Лазурский Александр Федорович (1874–1917)** – русский психолог и врач, создатель характерологии и типологии личности.

**Ланге Николай Николаевич (1858–1921)** – русский психолог, один из основателей экспериментальной психологии.

**Левин Курт (Lewin K.) (1890–1947)** – немецкий психолог, представитель гештальтпсихологии, автор теории психологического поля, основоположник исследований мотивации и процессов групповой динамики.

**Лейбниц Готфрид-Вильгельм (Leibniz G.-V.) (1646–1716)** – немецкий философ-идеалист, математик, физик, исследователь проблемы соотношения сознания и бессознательного, психологических закономерностей.

**Леонтьев Алексей Николаевич (1903–1979)** – русский советский психолог, автор теории деятельности, разработчик проблемы общественно-исторического развития психики.

**Локк Джон (Locke J.) (1623–1704)** – английский философ и психолог, автор эмпирической теории познания.

**Лурия Александр Романович (1902–1977)** – русский советский психолог, основатель нейропсихологии, исследователь проблемы мозговой локализации высших психических функций.

**Маслоу Абрахам (Maslow A.) (1908–1970)** – американский психолог, представитель гуманистической психологии, автор концепции самоактуализации.



**Олпорт Гордон Виллард (Allport G. W.) (1897–1967)** – американский врач-психотерапевт, психолог, представитель гуманистической психологии, автор методов системного исследования черт личности.

**Павлов Иван Петрович (1849–1936)** – русский физиолог, создатель учения о высшей нервной деятельности.

**Перлз Фридрих (Фредерик, Фриц) Соломон (Perls F. S.) (1893–1970)** – немецкий психолог (жил и работал в США), создатель теории гештальт-консультирования.

**Пиаже Жан (Piaget J.) (1896–1980)** – швейцарский психолог, создатель операциональной концепции интеллекта и генетической эпистемологии.

**Платон (Πλάτων) (428–348 до н. э.)** – древнегреческий философ, создатель теории объективного идеализма.

**Плотин (Πλωτῖνος) (205–270)** – греческий философ-идеалист, автор идеи о способности души к отображению собственной деятельности – интроспекции.

**Роджерс Карл Рэнсон (ROGERS C. R.) (1902–1987)** – американский психолог, представитель гуманистической психологии, основатель лично-относительно ориентированной психотерапии.

**Рубинштейн Сергей Леонидович (1899–1960)** – советский психолог, разработчик деятельностного подхода, проблем методологии науки.

**Сеченов Иван Михайлович (1829–1905)** – русский естествоиспытатель, физиолог, создатель русской физиологической школы, исследователь рефлекторной природы сознательной и бессознательной деятельности.

**Скиннер Берхауз Фредерик (Skinner B. F.) (1904–1990)** – американский психолог, педагог, представитель необихевиоризма, автор теории оперантного научения, создатель методик модификации поведения и обучающих машин.

**Сократ (Σωκράτης) (469–399 до н. э.)** – древнегреческий философ, родоначальник диалектик (так называемого сократического метода).

**Спиноза Бенедикт (Барух) (Spinoza B.) (1632–1677)** – голландский философ-материалист, автор теории познания, исследователь проблем свободы воли, природы человеческих чувств.

**Теплов Борис Михайлович (1896–1965)** – советский психолог, исследователь индивидуально-психологических особенностей, способностей человека.

**Титченер Эдуард Брандфорд (Titchener E. B.) (1867–1927)** – американский психолог, представитель структурализма.

**Толмен Эдвард Чейс (Tolman E. Ch.) (1886–1959)** – американский психолог, представитель необихевиоризма.

**Торндайк Эдвард (Thorndike E.) (1874–1949)** – американский психолог, исследователь проблем научения в бихевиоризме.

**Узнадзе Дмитрий Николаевич (1886–1950)** – советский философ и психолог, автор концепции установки.

**Уотсон Джон Бродес (Watson D. B.) (1878–1958)** – американский психолог, основоположник бихевиоризма.

**Фехнер Густав Теодор (Fechner G. T.) (1801–1887)** – немецкий физик, психолог, философ-идеалист, основатель психофизики.

**Фрейд (Фройд) Зигмунд (Freud S.) (1856–1939)** – австрийский врач-психиатр и психолог, основатель психоанализа.

**Фромм Эрих (Fromm E.) (1900–1980)** – немецкий психолог и социолог, представитель неофрейдизма, фрейд-марксизма, исследователь проблемы сущности человека.

**Хорни Карен (Horney K.) (1885–1952)** – немецкий психолог, психотерапевт (жила и работала в США), представитель неофрейдизма.

**Челпанов Георгий Иванович (1862–1936)** – русский психолог, основатель и директор Московского психологического института.

**Эриксон Эрик (Erikson E.) (1902–1944)** – австрийский психолог (жил и работал в Австрии, Дании, США), создатель теории эго-психологии, теории стадий развития личности.

**Юнг Карл Густав (Jung K. G.) (1875–1961)** – швейцарский психолог, основатель аналитической психологии, создатель учения о коллективном бессознательном.

## Оглавление

Предисловие.....	3
Введение.....	6
Глава 1. История психологии как история научно-психологических знаний.....	10
1.1. Предмет истории психологии, ее функции и задачи.....	11
1.2. Теории и принципы историко-психологического анализа.....	15
1.3. Методы истории психологии.....	19
1.4. Исторические сведения и их специфика.....	20
1.5. Контекстные факторы психологии.....	22
Глава 2. Развитие психологической науки.....	25
2.1. Предпосылки появления психологии как самостоятельной науки.....	26
2.2. Факты и понятия в истории психологии.....	28
2.3. Программы развития психологии.....	30
2.4. Вильгельм Вундт как основатель психологии.....	34
2.5. Вклад В. Вундта в развитие психологии.....	36
2.6. Структурализм и функционализм как развитие идей В. Вундта.....	37
2.7. Психологические школы, направления и подходы.....	42
Глава 3. Психоанализ.....	48
3.1. Учение о бессознательном.....	51
3.2. Психодинамическая теория личности.....	53
3.3. Метод свободных ассоциаций.....	54
3.4. Толкование сновидений.....	56
3.5. Механизмы психологической защиты.....	58
3.6. Стадии психосексуального развития личности.....	61
3.7. Психоаналитический процесс и интерпретации.....	62
3.8. Оценки психоанализа.....	64
Глава 4. Психоаналитическое движение.....	67
4.1. К. Г. Юнг и аналитическая психология.....	69
4.2. Основные представления аналитической психологии.....	73

4.3. Психологические функции.....	75
4.4. Коллективное бессознательное.....	77
4.5. Архетипы.....	78
4.6. Структура личности по Юнгу.....	79
4.7. Развитие личности.....	81
4.8. Общая оценка учения К. Г. Юнга.....	83
Глава 5. Психосоматика В. Райха.....	85
5.1. Сексуальность человека.....	87
5.2. Характер и мускульный панцирь.....	89
5.3. Биоэнергия и энергия оргона.....	91
5.4. Общие оценки учения В. Райха.....	92
Глава 6. Гештальтпсихология.....	96
6.1. Основные идеи гештальтпсихологии.....	98
6.2. Гештальтпринципы организации восприятия.....	100
6.3. Исследования мышления и научения.....	102
6.4. Феномен инсайта.....	104
6.5. Теория психологического поля К. Левина.....	105
6.6. Динамическое поле личности.....	106
6.7. Психологический рост и мотивация личности.....	108
6.8. Общие итоги исследований К. Левина.....	109
6.9. Вклад гештальтпсихологии в развитие современной психологии.....	110
6.10. Гештальт в психологической практике.....	111
6.11. Соотношения «фигура – фон».....	113
6.12. Осознавание и сосредоточенность на настоящем.....	114
6.13. Контактная граница.....	114
6.14. Стадии контакта.....	116
6.15. Развитие личности.....	117
6.16. Защитные функции.....	118
Глава 7. Особенности развития психологии в России.....	121
7.1. Российская психология дореволюционного периода.....	121
7.2. Развитие советской психологии в 1920–30-е гг.....	126
7.3. Основные теории, концепции и принципы отечественной психологии 1940–90-х гг.....	132

Глава 8. Бихевиоризм. Стимул-реактивная теория .....	137
8.1. Теория Дж. Уотсона.....	137
8.2. Необихевиоризм .....	141
8.3. Социальный бихевиоризм .....	145
8.4. Общие оценки бихевиоризма.....	147
Глава 9. Гуманистическая психология.....	149
9.1. Теория самоактуализации А. Маслоу .....	150
9.2. Теория мотивации .....	155
9.3. Общие оценки теорий А. Маслоу.....	157
9.4. А. Маслоу и трансперсональная психология .....	158
9.5. Идеи трансперсональной психологии.....	159
9.6. Психоделика С. Грофа .....	161
9.7. Психосинтез Р. Ассаджиоли .....	164
9.8. Перспективы трансперсональной психологии.....	165
9.9. Феноменологическая теория К. Роджерса.....	166
9.10. Тенденция актуализации .....	167
9.11. Влияние субъективного опыта .....	169
9.12. Я-концепция в учении К. Роджерса .....	169
9.13. Полноценно функционирующий человек .....	171
9.14. Терапия, центрированная на личности .....	172
9.15. Общие оценки теорий К. Роджерса.....	174
9.16. Значение гуманистической психологии .....	175
Глава 10. Когнитивная психология и ее перспективы .....	176
10.1. Источники когнитивной психологии .....	177
10.2. Развитие когнитивной психологии .....	177
10.3. Перспективы когнитивного направления.....	179
Заключение .....	181
Библиографический список.....	183
Перечень основных имен в истории психологии .....	190