

УДК 159.923.2

ПРОБЛЕМА СТАНОВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ У КОНТЕКСТІ ГУМАНІСТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

Видолоб Н.О., к. психол. н., доцент,
доцент кафедри психології

*ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди»*

Гуманістична психологія зорієнтована на внутрішній стан людини. Людина намагається зрозуміти своє призначення у світі, опанувати межі можливого свого «Я», з'ясувати суть існування і водночас перебувати в гармонії зі світом. Ідеї гуманістичного напрямку у психології А. Маслоу та К. Роджерса є особливо актуальними у процесах адаптування до умов глобалізованого сьогодення та перетворення світу заради комфортного існування людини.

Ключові слова: гуманізм, гуманістична психологія, потреби, особистість, становлення особистості, ієрархія потреб, етапи становлення особистості.

Гуманистическая психология ориентирована на внутреннее состояние человека. Человек пытается понять свое предназначение в мире, овладеть пределами возможного своего «Я», выяснить суть существования и одновременно находиться в гармонии с миром. Идеи гуманистического направления в психологии А. Маслоу и К. Роджерса особенно актуальны в процессах адаптации к условиям глобализирующегося настоящего и преобразования мира ради комфортного существования человека.

Ключевые слова: гуманизм, гуманистическая психология, потребности, личность, становление личности, иерархия потребностей, этапы становления личности.

Ydolob N.O. PROBLEM OF PERSONALITY FORMATION IN THE CONTEXT HUMANISTIC PSYCHOLOGY

Humanistic psychology is focused on the internal state. Man tries to understand their purpose in the world to master the possible limits of his "I", to clarify the essence of existence and at the same time be in harmony with the world. The ideas of humanistic psychology by A. Maslow and K. Rodzhera are especially important in the process of adapting to the globalized world of today and conversion for a comfortable human existence.

Key words: humanism, humanist psychology, needs, personality, identity formation, hierarchy of needs, stages of personality.

Постановка проблеми. Нині відбувається своєрідний світоглядний поворот, який проявляється не лише в піднесенні інтересу психологів, філософів, релігійних діячів, митців як до проблеми гуманістичного осмислення дійсності, так і особистісного формування прояву гуманістичних цінностей у сучасному інформатизованому, віртуалізованому, глобалізованому світі.

Учені різних галузей відмічають початок ХХІ століття як дуже складний, відповідальний момент розвитку. Ми стали свідками жахливих терористичних подій, екологічних загроз не лише локального, а й глобального масштабу, що супроводжуються зміною світоглядних орієнтирів у всіх сферах суспільного буття. Людина намагається зрозуміти своє призначення, опанувати межі можливого свого «Я», з'ясувати суть існування індивіда як біологічного так і духовного явища і водночас гармонізуватися з цим світом. Тому очевидно, що звернення до ідей гуманізму у психології, представлених класиками гуманістичного напрямку А. Маслоу та К. Роджерса є особливо актуальним у процесах адаптування до умов

глобалізованого сьогодення та перетворення світу заради комфортного існування людини.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Про актуальність проблематики свідчать ряд наукових праць останніх років у галузях психології, філософії та педагогіки, в яких висвітлені проблеми людини у фокусі гуманізму, що спираються на авторитет відомих представників гуманістичного підходу в психології, основоположників «третьої сили» А. Маслоу та К. Роджерса. Це такі науковці, як Л. Басс, Ю. Волкова, Г. Дьяконов, В. Кондратьєва, Л. Михайлюк, О. Паркулаб, Р. Самчук, Н. Скрипник, М. Стасюк, А. Сущенко, Р. Трач, О. Черняк, та інші представники наукової громадськості.

Ключовою позицією в гуманістичних теоріях А. Маслоу та К. Роджерса є суб'єктивізм свідомого досвіду. Прихильники гуманістичної психології наголошують на перевазі суб'єктивних компонентів над об'єктивною реальністю сприйняття і розуміння людини й світу.

Гуманістична психологія базується на екзистенціальних філософських ідеях,



представлених працями С. К'єркегора, К. Ясперса, М. Гайдеггера та Ж.-П.Сартра. У напрямку гуманістичного розуміння особистості працювали такі видатні психологи, як Е. Фромм, Г. Олпорт, В. Франкл і Р. Мей.

Постановка завдання. На основі викладеного можна сформулювати завдання дослідження, яке полягає у висвітленні проблеми становлення особистості у контексті психолого-гуманістичного осмислення дійсності (А. Маслоу, К. Роджерс) в умовах сучасної віртуалізованої та глобалізованої реальності.

Виклад основного матеріалу дослідження. Термін «гуманізм» (лат. *humanus* – людський, людяний) у широкому значенні – історично змінна система поглядів, яка визначає цінність людини як особистості, її право на свободу, щастя тощо; у вузькому значенні – культурний рух епохи Відродження. У цей період зароджується «світська» гуманітарна, тобто про людей і для людей, наука на відміну від «божественного знання», яке було офіційним протягом усього періоду Середньовіччя, тому першим значенням терміну «гуманізм» було світське знання, і великі гуманісти епохи Відродження (Ф. Петрарка, Е. Роттердамський) були гуманістами саме у цьому значенні слова.

Появі гуманізму сприяли пантеїстичні уявлення ренесансної доби, за якими Бог отожднюється з природою, а природа з Богом, Бог розлитий у природі, а відтак, присутній у кожній часточці природи. Завдяки таким уявленням з природи знімається печать гріховності, і, відповідно, з людини як частки природи. Людина стає як суб'єктом, так і об'єктом науки та мистецтва. Надалі ідеї гуманізму поширюються і починають сприйматися у звичному для сучасної людини розумінні, як один із фундаментальних принципів світосприйняття і світорозуміння, в основі якого людина є цінністю, має право на свободу і вияв своєї екзистенції, гармонізацію стосунків з природою та суспільством.

Однак людина у процесі освоєння дійсності, перетворенні природи задля забезпечення свого існування зіштовхнулася з екологічними проблемами, проблемами насилля у міжособистому спілкуванні, що мають глобальний характер. Нині світ перебуває у полоні інформаційної війни, терористичні акції стають дедалі частішими і охоплюють все більшу територію, та набувають системного характеру, а ліквідація глобальної екологічної кризи є на сьогодні чи не найважливішим завданням усього людства. Тому звернення до гуманістичного принципу світорозуміння і світосприй-

няття у всіх сферах діяльності людини є нагальним нині.

Гуманістична психологія зорієнтована на внутрішній стан людини. Людина сама і тільки сама зумовлює постійних рух до самовдосконалення і саморозвитку, до творчості й самодостатності, якщо цьому процесу не перешкоджають обставини. Гуманістичний підхід у психології розроблений як бунт проти біхевіористської психології та психодинамічної. Таким чином, гуманістичний підхід часто називають «третьою силою» в психології після психоаналізу і біхевіоризму.

Прихильників гуманістичних теорій особистості насамперед цікавить те, як людина сприймає, розуміє і пояснює реальні події у своєму житті. Гуманістична психологія оперує поняттями, зосередженими на дійсному життєвому досвіді, а не на минулому або майбутньому, і презентуються термінами на кшталт «сенс життя», «цінності», «життєві цілі» тощо.

Найбільш відомими представниками цього підходу до особистості, як уже зазначалося, є А. Маслоу, К. Роджерс. А. Маслоу один із перших піддав ґрунтовній критиці концепцію психоаналізу З. Фрейда за песимістичні та принизливі концепції особистості. Вважав, що теорія З. Фрейда перебільшує негативні патологічні сторони людського життя і значно недооцінює позитивні здорові аспекти самореалізації особистості, її творчі конструктивні можливості, її моральні чесноти.

Однією з фундаментальних концепцій гуманістичної психології є концепція становлення особистості, що є чимось більшим, ніж просто задоволення біологічних чи ставових потреб, це динамічний процес, у ході якого людина окреслює для себе коло можливостей і постійно їх апробує. Тобто людина ніколи не буває статичною, а постійно перебуває у процесі становлення. Людина повинна наситити своє життя смыслом, провести кожну мить, максимально скориставшись своїми здібностями.

Однією з концептуальних тез гуманістичної психології А. Маслоу є: кожну людину потрібно вивчати як єдине, унікальне, організоване ціле. «Перше положення теорії мотивації говорить: індивід – це інтегроване, організоване ціле. Дане теоретичне положення не містить в собі нічого нового, це «Отче наш» психології, перша заповідь будь-якого психолога, яку ми, грішководником, так часто забуваємо, проводячи експериментальні дослідження. <...> У рамках теорії мотивації це загальне положення тягне за собою безліч специфічних наслідків. Так, наприклад, погоджуючись з ним, ми припускаємо також, що мотивація спів-

відноситься не з якоюсь частиною індивідуума, а з усім індивідом як таким. Такі словосполучення, як «потреба шлунка» або «генітальна потреба» у гідній теорії мотивації недоречні. Потреба – це завжди потреба індивіда. Потребу в їжі відчуває Джон Сміт, а не шлунок Джона Сміта. Задоволення потреби приносить задоволення індивіду, а не якомусь його органу. Їжа втамовує голод Джона Сміта, а не голод його шлунка» [1].

Психолог описав людину як «бажаючу істоту», яка рідко досягає стану повного, завершеного задоволення. Повна відсутність бажань і потреб, коли (і якщо) вона існує, у кращому випадку недовговічна. Якщо одна потреба задоволена, інша спливає на поверхню і скеровує увагу і зусилля людини. І це безперервний процес: людина майже завжди чогось бажає. А. Маслоу виокремив два види потреб: інстинктивні та мотивуючі й презентував ієрархію потреб:

- фізіологічні потреби;
- потреби у безпеці та захисті;
- потреби у приналежності та любові;
- потреби в самоповазі;
- потреби в самоактуалізації, або потреби особистого вдосконалення [1].

Потреби, які пов'язані з фізичним проявом своєї біологічної природи (харчуванні, кисні, сні, термозахисті тощо) є базовими й пріоритетними з усіх людських потреб. Без задоволення їх хоча б на мінімальному рівні людина не буде зацікавлена у потребах, які займають вищий щабель ієрархії потреб.

У разі задоволення фізіологічних потреб значущими стають потреби безпеки і захисту, до яких відносяться потреби: в організації, стабільності, в законі і порядку, в передбачуваності подій і у свободі від таких загрозливих сил, як хвороба, страх – потреби, які уособлюють зацікавленість у довготривалому виживанні.

Реалізація цих попередніх рівнів потреб збуджує потребу в приналежності та любові. Тільки тепер людина починає замислюватись над такими екзистенціалами, як самотність, кохання, повага, турбота, прихильність тощо та приналежності до групи однодумців, до групи людей, які розуміють, співчують, поважають, кохають, мають спільні вподобання.

Так, людина від народження потребує в фізіологічних потребах, згодом формуються потреби в безпеці та захисті, що забезпечуються сім'єю. Відповідно задоволення цих потреб проковує оголення внутрішнього стану душі. Дитина потребує в батьківській любові, підлітки – в розумінні батьків їхньої самостійності й свободи вибору, та і взагалі визнання і сприйняття в обраній

групі. Незадоволення цих потреб призводить до різного роду негативних соціальних явищ (пияцтво, наркоманія, хуліганство) і як наслідок – антигуманних дій.

Любов за А. Маслоу – це перш за все почуття ніжності і прихильності, яке (у разі взаємної любові) може привести до стану задоволення, радості, щастя і навіть екстазу. Любляча людина бачить в улюбленому насамперед позитивні сторони, сприймає його як красиву, добру і привабливу людину; їй приносить задоволення дивитись на коханого, приємно бути поряд з ним; розлука з ним викликає сум і депресію. Можлива схильність до ідеалізації обумовлює звуження сприйняття, яке можна спостерігати у люблячої людини: вся її увага зосереджена на коханому, вона просто не помічає інших людей і того, що відбувається навколо. «І нарешті, я хочу звернути вашу увагу на той факт, що все, про що я говорив вище, служить ще одним прикладом дозволу або подолання одвічного протиставлення розуму і бажання, серця і розуму. У любовних відносинах людина, самоактуалізуючись, робить свій вибір, спираючись як на когнітивні, так і на конативні критерії. Інакше кажучи, вона відчуває інтуїтивний, імпульсивний статевий потяг саме до таких людей, які підійшли б їй, якби вона взялася оцінювати їх тверезим і холодним розумом. Її почуття дружать з її розумом, вони синергічні, а не антагоністичні одне одному» [1].

Як тільки потреби у приналежності та любові задоволені, людина починає замислюватися над питанням самоповаги. Психолог розділив їх на самоповагу та повагу іншими. Самоповага проявляється через компетентність, впевненість, досягнення поставлених цілей, незалежність та свободу, повага іншими – престиж, визнання, репутація, статус.

Незадоволення цих потреб призводить до непорозуміння людини з іншими людьми зокрема та зі світом загалом. Вона не може сприйняти себе та інших як цінність, не може гармонізувати зі світом.

І тільки задоволення достатньою мірою низки попередніх потреб призводить до виникнення потреби самоактуалізації «як бажання людини стати тим, ким вона може стати. Людина, яка досягла цього вищого рівня, домагається повного застосування своїх талантів, здібностей і можливостей своєї особистості, Музиканти повинні грати музику, художники повинні малювати, поети повинні складати вірші, якщо вони, врешті-решт, хочуть бути в гармонії з самими собою. Люди повинні бути тим, ким вони можуть бути. Вони повинні бути вірними своїй природі» [1].



Однак залишається прикритим той факт, що потреба в самоактуалізації задовольняється вкрай рідко. За оцінкою самого А. Маслоу, у відсотковому еквіваленті це лише 1%. Говорячи про сучасний стан нашого суспільства, можемо спостерігати незначний відсоток самоактуалізації особистості. Цьому є низка причин (як внутрішніх, так і зовнішніх). Нерідко люди самі не можуть виявити схильність до якої-небудь діяльності або бояться залишити свою зону комфорту. Однак є й інша сторона цієї медалі – загальна суспільна ситуація, що складається з ряду економічних, політичних, соціальних та культурно-побутових причин, або тих соціальних, релігійних чи моральних норм, які є домінуючими на певному етапі розвитку суспільства.

Так, для прикладу, жінку часто хочуть бачити слабкою істотою, яка повинна проявити себе лише в сім'ї, а чоловік – не може проявляти емоції, які не характеризують його як мужнього та сильного. Окрім того, кожне суспільство пропонує свій набір соціальних статусів та ролей, у яких може реалізуватися особистість.

Очевидно, що існує прямо пропорційна залежність у задоволенні потреб. Чим більша кількість людей змогла б забезпечити потребу в самоактуальності, тим більше б з'явилося можливостей для задоволення нижчих рівнів і, як наслідок, підвищення рівня та ролі гуманізму в соціальному середовищі.

У контексті вказаної проблематики доцільно розглянути гуманістичні погляди психолога К. Роджерса [2]. Він хоча і був прихильником одного підходу в галузі психології, однак відрізнявся поглядами від А. Маслоу за кількома ключовими позиціями. На його думку, особистість та її поведінка є функцією унікального сприйняття оточення, а не регулюються ієрархією потреб. Принципові розбіжності їхніх поглядів можна пояснити і тим, що К. Роджерс займався терапією на відміну від свого опонента, який зосереджувався на вивченні лише здорових людей. Однак обоє були єдині у баченні розвитку особистості: за сприятливих обставин особистість реалізує свій вроджений потенціал, демонструючи справжнє психічне здоров'я.

У результаті своїх клінічних спостережень К. Роджерс дійшов висновку, що людина на шляху до становлення самої себе проходить такі етапи:

– «Геть від фасадів». Спостерігається тенденція до проявів страху і невпевненості руху в напрямку геть від свого «Я» (юнак визнає, що він не є таким бідним, яким намагається бути, і боїться викриття). Са-

мовираження у формі страху є етапом становлення самого себе. Замість того, щоб просто бути фасадом, ніби цей фасад – він сам, молодий чоловік підходить ближче до того, щоб бути собою, а саме до того, що він переляканий і ховається за маскою, бо вважає себе занадто жадливим, щоб його бачили інші.

– «Геть від належного». Деякі індивіди за «допомогою» батьків так глибоко ввібрали у себе уявлення про те, що «Я повинен бути хорошим», що тільки завдяки величезній внутрішній боротьбі вони зможуть відхилитися від цієї мети.

– «Геть від невідповідності очікуванням». Віддалення від відповідності тому ідеалу, який проголошує певна культура, від приписів, які встановилися в певних суспільних чи етнічних спільнотах: «людині слід бути повноцінним членом групи, підпорядкувавши свою індивідуальність груповим потребам, слід позбутися «гострих кутів».

– «Геть від догодження іншим». Багато людей сформували себе, намагаючись догодити іншим, але, здобуваючи свободу знову, відходять від колишнього стану. (Так, до кінця курсу психотерапії один фахівець пише, озирюючись на процес, через який пройшов: «Нарешті я відчув, що просто повинен почати робити те, що хотів робити, а не те, що, як я думав, мені слід робити, і не залежати від того, що, на думку інших людей, я повинен робити. Це повністю змінило все моє життя. Я завжди відчував, що повинен робити щось, бо цього від мене чекають, або тому, що це могло змусити людей любити мене. До біса все це! З сьогоднішнього дня я думаю, що буду тільки самим собою – бідним або багатим, добрим чи поганим, раціональним або ірраціональним, логічним або нелогічним, відомим або невідомим. Тому дякую вам за те, що ви допомогли мені знову відкрити шекспірівське: «Будь вірним собі».

– «До управління своїм життям і поведінкою». Людина наближається до таких цілей, до яких вона хоче йти. Вона починає відповідати за свої вчинки, вирішує, які дії і лінії поведінки для неї значущі, а які – ні. («Я відчуваю себе переляканим, вразливим, відрізнаним від всякої допомоги, але я також відчуваю, як у мені піднімається якась міць, сила»).

– «Рух до процесу» – бути процесом породжуючих можливостей, а не перетворюватися на якусь застиглу мету.

– «До складності буття» – це рух до того, щоб стати усією складністю свого мінливого «Я» в кожен значущий момент.

– «До відкритості досвіду» – «Бути тим, ким ти є насправді», пов'язано і з іншими

якостями. Одне з них, яке вже, можливо, малося на увазі, полягає в тому, що індивід рухається до відкритого, дружнього, близького відношення до свого досвіду. Це буває нелегко. Найчастіше, як тільки він відчує в собі щось нове, то починає це відкидати. Він не може винести цей досвід своїх дитячих почуттів. Але поступово починає приймати і включати їх у свій досвід як частину себе, тобто починає жити в присутності своїх почуттів і занурюватися в них, як тільки їх відчуває.

– «До прийняття інших». Відкритість внутрішньому і зовнішньому досвіду в основному тісно пов'язана з відкритістю і прийняттям інших людей. Як тільки людина починає приймати свій власний досвід, вона також починає приймати досвід інших людей та цінувати й приймати свій досвід і досвід інших такими, які вони є. З цього приводу К. Роджерс цитує А. Маслоу: «Ми не скаржимося на воду за те, що вона мокра, і на скелі – за те, що вони тверді».

– «До віри в себе». Зростаюча довіра до того процесу, яким він є. Людина починає все більше цінувати цей процес. К. Роджерс неодноразово спостерігав, як його клієнти, прості люди, ставали більш значними і творчими у своїй діяльності в міру віри в процеси, що відбуваються всередині них, і насмілювалися відчувати свої власні почуття, жити цінностями, які вони відкрили в собі, а також виражати себе своїм власним, унікальним чином [2].

Отже, за К. Роджерсом людина самоактуалізується, проживаючи життя, наповнене сенсом, пошуками і хвилюваннями, і насолоджується від самого процесу.

Концептуальність гуманістичної психології можна звести до таких положень:

– люди володіють свободою волі, не всі дії визначаються поведінкою;

– усі люди унікальні, мають вроджене прагнення до досягнення свого максимального потенціалу;

– психологія повинна займатися вивченням кожного окремого випадку, а не користуватися середніми показниками групи;

– фокус дослідження зміщений на поведінку окремих людей, а не підсвідомість, ген чи спостережувану поведінку;

– гуманістична психологія задовольняє ідеї більшості людей про те, що значить бути людиною, тому що гуманізм цінує особисті ідеали і самореалізацію.

Висновки з проведеного дослідження.

Представлені авторські психологічні позиції А. Маслоу та К. Роджерса дозволяють ширше відобразити проблему становлення особистості у контексті гуманізму. Крізь різні ієрархічні шаблони мотивації А. Маслоу можна простежити динаміку процесу розгортання людського існування та становлення, а феноменологічна теорія особистості К. Роджерса, дозволяє відкрити для людини буття, насичене приємними моментами усвідомлення самої буттєвості.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Маслоу А. Мотивация и личность / А. Маслоу ; перевод А.М. Татлыбаевой. – СПб. : Евразия, 1970 [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://psylib.org.ua/books/masla01/index.html>.

2. Роджерс К. О становлении личности. Психотерапия глазами психотерапевта / К. Роджерс ; перевод М.М. Исениной. – М. : «Прогресс», 1994 [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://psylib.org.ua/books/roger01/index.html>.

3. Фрейдджер Р. Гуманистическая, трансперсональная и экзистенциальная психология К. Роджерса, А. Маслоу и Р. Мэй / Р. Фрейдджер, Д. Фейдимен. – СПб. : Прайм-Еврознак, 2007. – 221 с.