

Тема 4. Наукові напрямки та підходи у психології

План:

1. Біхевіоризм
2. Гештальт-психологія
3. Психоаналітичний підхід
4. Аналітична психологія
5. Когнітивний напрямок
6. Гуманістична психологія

1. Біхевіоризм

Засновником біхевіоризму був Джон Вотсон, який дуже критично оцінював точку зору відносно того, що тільки свідомість має бути предметом вивчення психології. Вотсон вважав, що для того, щоб психологія могла вважатися наукою, психологічні факти повинні бути доступні зовнішньому спостереженню, як і дані будь-якої іншої науки. Зовнішньою (об'єктивною) є поведінка, а свідомість є внутрішньою (суб'єктивною) сферою. Наука повинна мати справу тільки з доступними фактами.

Оскільки психологів все менше задовольняв метод інтроспекції, новий напрямок – біхевіоризм, швидко набув популярності. Вотсон стверджував, що практично всі форми поведінки є результатом обумовлення (впливу), тобто середовище формує відповідну поведінку за допомогою підкріплення необхідних поведінкових реакцій. Наприклад, якщо давати дитині цукерки, коли вона починає вередувати, то ми цими цукерками будемо підкріплювати негативну поведінку дитини – вередування. Іншими словами, дитина буде розуміти, що вона може отримати ласощі, коли буде плакати та верещати.

Елементарними частинами поведінки вважались умовні рефлекси, з яких можуть складатись вже більш складні форми поведінки. Тобто, будь-які типи поведінки, що формуються завдяки навчання чи виховання, з точки зору біхевіористів – це тільки сукупність взаємопов'язаних між собою реакцій. Будь-які психологічні феномени біхевіористи розглядали у термінах стимулу

та реакції (S-R-психологія). У 30-х роках ХХ століття, у відповідь на зауваження критиків щодо надмірно механістичного підходу до людської поведінки, з'являється необіхевіоризм, який вводить у загальну схему поведінки Дж. Вотсон 65 (S-R) «проміжну змінну» – сполучну ланку між «стимулом» та «реакцією» (S - O - R). «Проміжна змінна» (O), у даному випадкові – це пізнавальні та мотиваційні компоненти поведінки. Прихильники необіхевіоризму вважали, що середня ланка (O) не піддається аналізу за допомогою об'єктивних методів.

Один з представників необіхевіоризму – американський психолог Б. Ф. Скіннер (1904-1990), експериментально вивчав різноманітні способи контролю над людською поведінкою. Біхевіоризм став засновником поведінкового підходу у практичній психології, тобто центром уваги психолога вперше людська поведінка, а конкретніше: «що є характерним для даної поведінки», «що ми в цій поведінці хотіли б змінити» і «що для цього необхідно зробити».

2. Гештальт-психологія

У 1912 році, приблизно у той же час, коли у Сполучених Штатах набував популярності біхевіоризм, у Німеччині з'явилась гештальтпсихологія. Німецьке слово «гештальт», що означає «форма» або «конфігурацію», було використане як назва нового підходу. Засновниками цього напрямку були Макс Вертгеймер, Курт Левін, Курт Коффка та Вольфганг Келер; у подальшому всі вони емігрували у США. Гештальт-психологи вивчали, переважним чином, процеси сприйняття; вони вважали, що психіка має вроджену здатність до організації досвіду та інформації у певну доступну для розуміння цілісність.

Гештальт-психологи також цікавились сприйняттям руху; оцінкою людиною розмірів об'єкту, вивчали сприйняття кольору при різному освітленні. Їх експериментальні дослідження збагатили психологію

інформацією про такі процеси як навчання, пам'ять, вирішення проблем, заснувавши, таким чином, фундамент у сфері когнітивної психології.

3. Психоаналітичний підхід

Психоаналіз є одночасно теорією та методом психотерапії. Психоаналітичну концепцію поведінки людини створив Зигмунд Фрейд приблизно тоді ж, коли в Сполучених Штатах розвивався біхевіоризм. Центральним поняттям теорії Фрейда є концепція неусвідомленого – думок, переконань, мотивів, потягів та бажань, що не усвідомлюються людиною, але впливають на її поведінку. Неусвідомлені думки та потреби знаходять різні способи вираження, зокрема, у сновидіннях, обмовках та поведінкових проявах. Фрейд вважав, що в основі людських дій завжди є певна причина, але вона дуже часто є неусвідомленою і тому її важко раціоналізувати чи пояснити. На думку вченого, наша поведінка залежить, у першу чергу, від сукупності певних інстинктів (перш за все, сексуального та інстинкту агресії), і тому людина знаходиться у постійному протиріччі та конфлікті з суспільством, яке змушує регулювати ці імпульси. Хоча більшість психологів не завжди поділяють фрейдівський погляд на неусвідомлене, але вони погоджуються, що люди часто не знають про деякі важливі риси власної особистості, а також з тим, що характер людини розвивається у ранньому дитинстві та у взаємодії з сім'єю.

4. Аналітична психологія

Засновником аналітичної психології є швейцарський психолог, психіатр і культуролог, Карл Густав Юнг. Аналітична психологія спирається на уявлення про існування неусвідомленої сфери особистості, що є джерелом цілющих сил та розвитку індивідуальності.

На відміну від Фрейда, який описував тільки неусвідомлене окремої людини, Юнг виділяє індивідуальне (приватне) і колективне неусвідомлене. Колективне неусвідомлене є загальним для великих груп людей і не залежить

від індивідуального досвіду окремого індивіда. Колективне неусвідомлене складається з архетипів та ідей. Найбільш явно і повно архетипи можна побачити в образах героїв казок, міфів, легенд. Крім того, кожна людина має досвід переживання архетипів у сновидіннях. Кількість архетипів обмежена, при цьому той чи інший архетип проявляється у всіх культурах та у всі історичні епохи в більшій чи меншій мірі.

На відміну від Фрейда, Юнг вважав, що найбільш інтенсивний розвиток особистості відбувається не у ранньому дитинстві, а в зрілому віці. Відповідно на перший план в його схемі виступає не взаємодія дитини з батьками, а багатопланова система соціальних відносин дорослої особистості у всій її різноманітності. При цьому метою повноцінного розвитку Юнг вважав набуття цілісності особистості в процесі індивідуації – подолання розколу між свідомістю і неусвідомленим.

Розкол в особистісній структурі, на думку Юнга, значною мірою обумовлений впливом соціального середовища. Зокрема, вступаючи у шкільний вік і прагнучи зайняти максимально комфортну позицію в середовищі однолітків, дитина свідомо обирає ті особистісні якості та поведінкові стратегії, які викликають бажану реакцію з боку його соціального оточення. Таким чином, формується «Персона» – та складова особистості, яка повністю усвідомлюється, суб'єктивно приймається і цілеспрямовано пред'являється світу. При цьому ті аспекти особистості, які не відповідають критерію соціальної бажаності, не просто приховуються, але активно гальмуються на внутрішньоособистісному рівні і витісняються у неусвідомлене. Таким чином формується «Тінь» – структура, несумісна з самоприйняттям та самооцінкою «Его». Тінь – це як неусвідомлений комплекс, у якому містяться всі витіснені або відчужені частини свідомої особистості. К.-Г. Юнг 68 Людина, яка не усвідомлює та заперечує власну «Тінь», як правило, демонструє вкрай ригідні форми поведінки, погано адаптується до командної роботи, нездатна до повноцінної творчої діяльності, сприйняття інноваційних ідей та альтернативних точок зору.

К. Юнг ввів поняття «комплекс» – сукупність взаємопов'язаних, емоційно заряджених ідей. У психоаналізі комплекс розуміється як неусвідомлене психічне утворення, що виникає внаслідок витіснення зі свідомості ідей, пов'язаних з важливими для індивіда переживаннями. Це поняття набуло досить широкої популярності; навіть у повсякденному житті ми часто кажемо: «комплекс неповноцінності», «комплекс переваги».

5. Когнітивний напрямок

Слово «когнітивний» походить від латинського *cognitio* («знання»). Психологи, які працюють у межах когнітивного підходу, вважають, що сутність людини полягає у здатності аналізувати, порівнювати інформацію та приймати рішення. Таким чином, когнітивний підхід розглядає поведінку як результат взаємодії пізнавальних (когнітивних) чинників. Найбільш відомі представники когнітивної психології: Джордж Міллер, Джером Брунер, Ульрик Найссер.

Предмет когнітивної психології – моделі пізнавальних процесів. Термін – "когнітивне" (когнітивні процеси, когнітивна психологія і когнітивна психотерапія, тощо) набув поширення у 60-і роки ХХ століття, під час захоплення кібернетикою та електронним моделюванням інтелектуальних процесів, що втілювалось у орієнтацію представляти людини як складний біокомп'ютер. Дослідники намагались моделювати всі психічні процеси людини. Цікаво, те, що вийшло змоделювати, було назване когнітивними процесами. Що не вийшло – афективними. На практиці «когнітивними» називають психічні процеси, які можливо описати як логічну та осмислену послідовність дій по переробці інформації.

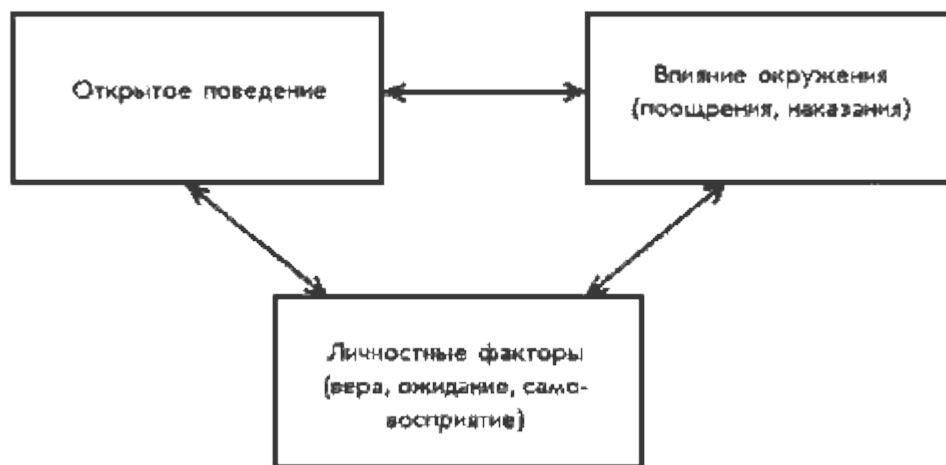
Одним з засновників даного підходу є Джордж Келлі (1905-1966), який вважав, що будь-яка людина – це своєрідний дослідник, що прагне зрозуміти, інтерпретувати, передбачати та контролювати світ своїх особистих переживань, може робити висновки на основі власного досвіду та формує припущення щодо майбутнього. І хоча об'єктивна реальність існує, але різні

люди усвідомлюють її по-різному, оскільки будь-яку подію можна розглядати з різних сторін. Кожен з нас сприймає дійсність шляхом власних моделей або конструктів, необхідних для створення несуперечливої картини світу. Якщо конструкт допомагає точно прогнозувати події, людина, імовірно, збереже його. І навпаки, якщо прогноз не підтвердиться, конструкт, на підставі якого він був зроблений, буде переглянутий або навіть взагалі виключений. Кожна людина має унікальну систему конструктів, яку вона використовує для інтерпретації життєвого досвіду.

В психоаналізі – рушійна сила життєдіяльності людини – внутрішні несвідомі чинники.

В класичному біхевіоризмі – рушійна сила життєдіяльності людини – соціальне підкріплення чи покарання.

А. Бандура усвідомив роль як внутрішніх, так і зовнішніх чинників, а тому щоб пояснити поведінку людини, запропонував таку схему:



Розроблена Бандурою модель-тріада взаємного детермінізму показує, що хоча на поведінку впливає оточення, воно також є частково продуктом діяльності людини, тобто люди можуть впливати на власну поведінку.

Процес навчання, закріплення досвіду не завжди відбувається через підкріплення чи покарання. **Люди можуть вчитися на досвіді інших людей.** У центрі соціально-когнітивної теорії лежить положення про те, що нові форми поведінки можна придбати без зовнішнього підкріплення. Бандура зазначає, що багато чого в поведінці, яку ми демонструємо, набувається за

допомогою прикладу: ми просто спостерігаємо, що роблять інші, а потім повторюємо їхні дії. Цей акцент на навченні через спостереження чи приклад, а чи не прямому підкріпленні, є найбільш характерною рисою теорії Бандури.

Іншою характерною рисою соціально-когнітивної теорії є те, що вона підкреслює унікальну **здатність людини до саморегуляції**. Це можливо завдяки тому, що людина може прогнозувати свою поведінку і таким чином її регулювати.

До когнітивних процесів зазвичай відносять пам'ять, увагу, сприйняття, мислення, прийняття рішень, різноманітні компетентності, знання, вміння та навички. У даного напрямку можна відзначити теорії Жана Піаже та Л.С. Виготського, які вивчали особливості когнітивного розвитку дитини.

Піаже створив концепцію когнітивного розвитку дітей, який він описував як динамічний процес, що проходить у своєму розвитку кілька стадій. Умовою розвитку психіки є інтелект, який дає можливість дитині адаптуватись до навколишнього світу. При цьому адаптація є не пасивним процесом, а активною взаємодією організму з Дж. Келлі середовищем. У процесі адаптації використовуються дві схеми – асиміляція (жорстка схема, коли дитина повинна засвоїти певну інформацію всупереч власним потребам чи бажанням) і акомодация (зміна поведінки чи схеми мислення з метою пристосування до ситуації). Одна з важливих ідей Піаже – відкриття егоцентризму дитини як центральної особливості мислення, прихованої розумової позиції, і як наслідок – своєрідність дитячої логіки, дитячої мови, дитячих уявлень про світ. Піаже виділяє три головні періоди розвитку:

1. Сенсомоторний інтелект (від народження до 1,5 років).
2. Конкретно - операціональний (репрезентативний) інтелект (від 1,5-2 років до 11 років).
3. Формальноопераціональний інтелект (з 11-12 до 14- 15 років)

Вивчаючи розвиток інтелекту дитини, Піаже не приділяв особливої уваги соціальному та культурному контексту. Ці моменти Ж. Піаже Мал. Ж. Піаже знайшли відображення у роботах іншого видатного психолога – Л. С. Виготського, який для сформулював та розвинув культурно-історичну теорію формування психіки та розвитку особистості.

Виготський пропонує розглядати соціальне середовище не як один з факторів, а як головне джерело формування особистості. У розвитку дитини, зауважує він, існує дві взаємопов'язані лінії. Перша – це шлях природного дозрівання, друга полягає в оволодінні культурою, способами поведінки і мислення. За теорією Виготського, розвиток мислення та інших психічних функцій відбувається в першу чергу не через їх саморозвиток, а через використання дитиною «психологічних знарядь», шляхом оволодіння системою знаків-символів, серед яких – усне та письмове мовлення, арифметичні дії.

Розвиток мислення, сприйняття, пам'яті та інших психічних функцій відбувається, таким чином, через зовнішню діяльність, навчання. На першому етапі свого розвитку психічні функції мають зовнішній, розгорнутий (інтерпсихічний) характер. Поступово психічні функції згортається (інтеріоризуються), переходять із зовнішнього плану у внутрішній, набувають інтрапсихічного характеру.

На першому етапі зовнішньої діяльності все, що робить дитина, вона робить у співпраці, разом з дорослими. Саме співпраця з іншими людьми є головним джерелом розвитку особистості дитини, а найважливішою рисою свідомості є діалогічність, тобто свідомість розвивається через діалог: діалог дитини з дорослим або діалог дорослого з дорослим. Виготський вводить поняття «зона найближчого розвитку» – це той простір дій, які дитина поки не може виконати самостійно, але може здійснити разом з дорослими і завдяки їм. На думку Виготського, ефективним буде тільки те навчання, яке випереджає розвиток дитини.

Розвиток Виготський розумів як ступеневий процес, де періоди рівномірного накопичення нових можливостей змінюються етапами кризи. Криза, для Виготського, це бурхливий, іноді драматичний етап зламу (або переосмислення) старих знань та формування нового способу життя.

Ще один важливий момент, де Виготський виявився першовідкривачем, це теза про активність дитини. Про що йде мова? Зазвичай дитина розглядалась як деякий об'єкт, що піддається активності дорослого – впливу навчовань, позитивних або негативних підкріплень. Виготський вперше звернув увагу на те, що у взаємодії з дорослим дитина активно впливає на нього, нерідко керуючи їм у більшою мірою, ніж дорослий керує дитиною. Таким чином, сучасна когнітивна психологія складається з багатьох розділів: психологія сприйняття та розпізнавання образів, психологія уваги, пам'яті, уяви, мовлення, психологія розвитку, мислення та прийняття рішення, природний інтелект та соціальний інтелект.

6. Гуманістична психологія

Напрямок у психології, у якому основними предметами аналізу виступають вищі цінності, самоактуалізація особистості, творчість, любов, свобода, відповідальність, автономія, психічне здоров'я, міжособистісне спілкування. Гуманістична психологія виникла у 50-і роки ХХ століття, а сформувалась як науковий напрямок на початку 60-х років. Основні представники гуманістичної психології: Шарлотта Бюлер, Абрахам Маслоу, Гордон Олпорт, Карл Роджерс, Ролло Мей. Основні філософські положення гуманістичної психології пов'язані з екзистенціалізмом (або філософією існування), а конкретніше – з вченням Мартіна Хайдеггера, Жана Поль Сартра, Карла Ясперса, Альбера Камю.

Основні положення гуманістичної психології:

1. Хоча людське буття має межу, людина завжди має свободу та необхідну для реалізації цієї свободи незалежність.

2. Найважливішим джерелом інформації є екзистенційний стан людини, її суб'єктивно отриманий досвід.

3. Природа людини ніколи не може бути визначена повністю, тому що вона завжди прагне до безперервного розвитку.

4. Людина єдина і цілісна індивідуальність. У її психіці неможливо розділити органічне та психічне, усвідомлене та неусвідомлюване, раціональність та емоційність.

5. Самореалізація – це невід'ємна частина природи людини.

6. Людина спрямована у майбутнє, вона є активною творчою особистістю.

З цих положень гуманістичної психології випливають моральні життєві принципи:

- відповідальність людини за свої вчинки; вона не є знаряддя неусвідомленого або рабом сформованих звичок;
- відношення між людьми повинні ґрунтуватися на взаємному визнанні та повазі до досвіду переживань іншої людини;
- кожна людина має відчувати себе у сьогоденні, «тут та тепер».