#### Тема 5 ГУМАНІСТИЧНИЙ НАПРЯМ У ПСИХОЛОГІЇ ОСОБИСТОСТІ

**Завдання 1**

У поданому нижче тексті безсистемно перераховані основні поняття провідних гуманістичних теорій особистості. Ви повинні сформувати групу із чотирьох учасників, розподілити між собою завдання, проаналізувати текст і заповнити таблицю за поданою формою.

|  |
| --- |
| **Гуманістичні теорії** |
| Карл Роджерс | Гордон Оллпорт | Абрахам Маслоу | Віктор Франкл |
|  |  |  |  |

**Текст:** Логос, самоактуалізація, цінності переживання, інструментальні риси, гуманістичні потреби, самооцінка, клієнтцентрована терапія, основні риси, цінності творчості, «Я-концепція», смисл життя, мотивація, екзистенціальна фрустрація, цінності ставлення, фізіологічні потреби, логотерапія, феноменальне поле особистості.

**Завдання 2**

Нижче подані твердження основних представників гуманістичної психології: К. Роджерса, Г. Оллпорта, А. Маслоу. Визначте, хто є автором твердження.

Якщо ми бажаємо знати, як швидко може бігти людина, не потрібно виводити середнє значення вибірки в популяції, краще зібрати Олімпійських призерів і подивитись, як швидко бігають вони. Якщо ми бажаємо знати можливості для духовного росту, росту цінностей, тоді я стверджую, що ми можемо взнати більше, вивчаючи наших найбільш моральних, етичних чи праведних людей.

Хронічно голодна людина навряд чи буде прагнути писати музику, прагнути кар’єрного зросту, будувати чудовий новий світ. Така людина буде шукати хоча б якусь їжу.

«Я-ідеальне» відображає ті атрибути, які людина хотіла б мати, але на даний час не має. Це «Я», яке людина більш усього цінить і до якого прагне.

Студент спочатку вибирає спеціальність для вивчення, тому що це необхідно і це радує батьків. Потім тематика його приваблює і захоплення залишається на все життя. Попередні мотиви можуть бути повністю втрачені. Те, що було засобом досягнення цілі, саме стає ціллю.

**Завдання 3**

Опишіть особистісні риси самоактуалізованих людей та поясніть щодо кожної риси, які індивідуальні відмінності існують між самоактуалізованими людьми.

**Завдання 4**

Як Ви розумієте твердження Віктора Франкла: «Насправді людині потрібний не стан рівноваги, а радше боротьба за якусь мету, гідну її». Поясніть, чому в сучасному суспільстві нудьга стає більшою проблемою ніж нужденність.

**Завдання 5**

Максим майже дві доби не спав, готуючись до захисту проекту. Йому дуже хотілось продемонструвати свої здібності і вразити однокурсників та викладачів. Але, зненацька у нього пропав увесь інтерес до роботи. Йому хотілось тільки одного – спати. Поясніть, базуючись на ієрархічній моделі потреб А. Маслоу, що ж відбулось із мотивацією Максима.

Як Ви оцінюєте ієрархічну теорію потреб Абрахама Маслоу? Чи має сенс його точка зору для розуміння Вами Вашої власної поведінки і поведінки інших людей?

**Завдання 6**

Карл Роджерс стверджує, що основний бар’єр, який заважає людям спілкуватись, – це природна тенденція обговорювати, оцінювати, схвалювати чи засуджувати поведінку чи твердження інших. Тому одним із принципів клієнтцентрованої терапії є безоціночне сприйняття клієнта і його проблем. Психологу рекомендується орієнтуватись на норми клієнта, а не на загальноприйняті норми поведінки у тій чи іншій ситуації.

Як Ви думаєте, чи можна практику безоціночного сприйняття іншої людини перенести в ситуацію повсякденного спілкування людей?

**Завдання для самоконтролю**

* 1. Гордон Оллпорт стверджував, що кожна людина неповторювана і індивідуальна, оскільки є носієм своєрідного поєднання якостей, які були ним названі:

а) вищими потребами;

б) особистими цінностями;

в) рисами особистості;

г) концепцією особистості.

* 1. Карл Роджерс рекомендував психотерапевту орієнтуватись на норми клієнта, а не на загальноприйняті норми поведінки у тій чи іншій ситуації, не нав’язувати свою думку клієнту, а підводити його до правильного рішення, яке той прийме самостійно. Цей напрямок отримав назву:

а) психоаналіз;

б) кліентцентрована терапія;

в) транзактний аналіз;

г) кризова терапія.

* 1. На думку Віктора Франкла рушійною силою людської поведінки і розвитку особистості є пошук:

а) безпеки;

б) смислу життя;

в) свободи;

г) страждання.

* 1. Абрахам Маслоу головною характеристикою особистості вважав потяг до:

а) безпеки;

б) визнання;

в) самореалізації;

г) агресії.

* 1. Перераховані потреби є складовими ієрархії потреб, згідно Абрахама Маслоу, окрім:

а) потреба в безпеці;

б) потреба в любові і прихильності;

в) фізіологічні потреби;

г) потреба у домінуванні.

* 1. Із поданих понять виберіть ті, які належать представникам гуманістичного напрямку в психології:

а) самооцінка, смисл життя, самореалізація, ієрархія потреб; б) самооцінка, ієрархія потреб, проекція, риси особистості;

в) смисл життя, фізіологічні потреби, само актуалізація, лібідо, інструментальні риси.

* 1. Праці «Мотивація і особистість», «Релігії, цінності та вершинні переживання» написані:

а) А. Маслоу;

б) К. Роджерсом;

в) Г. Олпортом;

г) В. Франклом.

* 1. «Вступ до логотерапії», «Психотерапія та екзистенціалізм» є найвідомішими працями:

а) А. Маслоу;

б) К. Роджерса;

в) Г. Олпорта;

г) В. Франкла.

* 1. На думку А. Маслоу механізми психологічного захисту:

а) сприяють самореалізації особистості;

б) перешкоджають особистому зростанню;

в) допомагають зберегти психічне здоров’я особистості.

* 1. Вставте пропущене слово у твердженні А. Маслоу: «Я уявляю………………. людину не як звичайну людину, якій щось додалося, а радше як звичайну людину, в якої нічого не можна відняти»:

а) творчу;

б) психічно здорову;

в) самоактуалізовану;

г) самодостатню.