

ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫНЫҢ БІЛІМ ЖӘНЕ
ҒЫЛЫМ МИНИСТРЛІГІ

ҚАЙНАР АКАДЕМИЯСЫ

Аналитикалық психология негіздері



Алматы, 2020

ҚБЖ 88.948
ӘОЖ 155.9
А105

«Қайнар» академиясының Ғылыми кеңесінің 26.11.2020 жылғы №4/65 отырысында талқыланып, баспаға ұсынылған.

Пікір берушілер:

Тоқсанбаева Н.Қ. – психология ғылымдарының докторы, профессор

Турдалиева Ш.Т. – психология ғылымдарының кандидаты, доцент

Аплашова А.Ж. - психология ғылымдарының кандидаты, профессор

Еркинбекова М.А.

Аналитикалық психология негіздері: оқу құралы. «Қайнар» академиясының баспасы: Алматы, 2020 ж. - 90 б., (ЖОО-ға арналған оқу құралы).

ISBN 8756-246-63-9

«Аналитикалық психология негіздері» оқу құралында тұлға түсінігін зерттеудің әлемдік теориялары, классикалық психоанализ, Альфред Адлер: тұлғаның индивидуалды теориясы, Карл Густав Юнг: тұлғаның аналитикалық теориясы, Эго-психологиясы және оның тұлғаның психологиялық теорияларымен байланысы (Э.Эриксон) және т.б. ақпараттар қамтылған.

Аналитикалық психология емдік күштер мен даралықты дамытудың қайнар көзі болып табылатын тұлғаның санасыз сферасының болуы туралы идеяға негізделген. Бұл оқыту биологиялық эволюция мен мәдени-тарихи даму аспектісінде К.Юнг талдаған антропология, этнография, мәдениет және дін тарихы деректерін бейнелейтін және жеке адамның психикасында көрінетін ұжымдық бейсаналық тұжырымдамасына негізделген.

Оқу құралы ЖОО білімгерлеріне, магистранттарына, практик-психологтар мен қызығушылық танытушы жұртшылыққа арналған.

ISBN 8756-246-63-9

Еркинбекова М.А. ©
«Қайнар» академиясы, 2020

Кіріспе

Аналитикалық психология - психодинамикалық бағыттардың бірі, оның негізін қалаушы швейцариялық психолог және мәдениеттанушы К.Г.Юнг. Бұл бағыт психоанализге қатысты, бірақ оның айтарлықтай айырмашылықтары бар. Оның мәні армандардың феноменологиясын, фольклор мен мифологияны зерттеу арқылы адамның мінез-құлқындағы терең күштер мен мотивтерді түсінуге және біріктіруге негізделген. Аналитикалық психология емдік күштер мен даралықты дамытудың қайнар көзі болып табылатын тұлғаның санасыз сферасының болуы туралы идеяға негізделген. Бұл оқыту биологиялық эволюция мен мәдени-тарихи даму аспектісінде К.Юнг талдаған антропология, этнография, мәдениет және дін тарихы деректерін бейнелейтін және жеке адамның психикасында көрінетін ұжымдық бейсаналық тұжырымдамасына негізделген. Эксперименталды психологияның табиғи ғылыми тәсілінен айырмашылығы, аналитикалық психология абстрактілі оқшауланған индивидті емес, жеке психиканы мәдени формалармен делдалданған және ұжымдық психикамен тығыз байланысты деп санайды.

Оқу құралында тұлға түсінігін зерттеудің әлемдік теориялары, классикалық психоанализ, Альфред Адлер: тұлғаның индивидуалды теориясы, Карл Густав Юнг: тұлғаның аналитикалық теориясы, Эго-психологиясы және оның тұлғаның психологиялық теорияларымен байланысы (Э.Эриксон) және т.б. ақпараттар қамтылған.

Оқу құралында берілген материалдар жоғары оқу орны білімгерлеріне және әр деңгейдегі практикалық-психологтарға арналған біліктілікті арттыру курстарында қолданылуы мүмкін.

Тақырып №1. Тұлға түсінігін зерттеудің әлемдік теориялары

Жоспар:

1. Тұлғаның қалыптасуы мен дамуы
2. Теориялар аясындағы тұлға. Тұлға теориялары.

Негізгі ұғымдар: психоанализ, бихевиоризм, гуманистік психология.

Адам тұлға болып туылмайды, ал қалыптасады деген көзқараспен қазіргі психологтардың көбісі келісуде. Бірақ тұлғаның дамуы қандай заңдарға бағынатыны жөніндегі көзқарастар сан алуан. Өйткені тұлға дамуы үшін қоғам мен әлеуметтік топтардың мәні, дамудың заңдылықтары мен кезеңдері, тұлға дамуының дағдарыстары(кризис), даму процесін тездету мүмкіндіктері әрқилы түсіндіріледі.

Кең тараған тұлға теорияларының әрқайсысында тұлғаның даму мәселесі өздігінше қарастырылады. Мысалы, психоаналитикалық теория даму деп адамның биологиялық табиғатының қоғамда өмір сүруге бейімделуін, белгілі қорғаныс механизмдерінің пайда болуын, қажеттіліктерді қанағаттандыру жолдарын түсіндіреді. Қырлар теориясы (теория черт) бойынша тұлғаның барлық қырлары өмір сүру барысында қалыптасады, олардың туындау, қайта түзілу және тұрақтану процестері биологиялық емес заңдылықтарға бағынады. Әлеуметтік үйрету теориясы тұлғаның даму процесін адамдардың белгілі тұлғааралық өзара әрекеттерінің қалыптасу жолдары ретінде түсіндірсе, гуманистік және басқа феноменологиялық теориялар оны “Мен” деген түсініктің қалыптасуымен ұштастырады.

Дегенмен, тұлғаны барлық теориялар позициясынан шоғырланған, біртұтас етіп қарастыру тенденциясы бар.

Адам тұлға ретінде қалыптасып, дами келе кемшіліктерді де иеленеді. Бір теорияда оң және теріс қасиеттердің үйлесімін жан-жақты көрсету мүмкін емес. Сондықтан Эриксон өз концепциясында тұлға дамуының екі шекті желісін бейнелеген: қалыпты және аномалды. Олар таза күйінде өмірде кезпегенімен адамның тұлғалық дамуының барлық аралық варианттарын елестетуге мүмкіндік береді (1-кестеде көрсетілген).

Психологтарға үйреншікті ой бойынша тұлға әлеуметтік ортада өмір сүріп, тәрбиеленуі кезінде дамиды. Адам әлеуметтік тіршілік иесі болғандықтан әлеуметтік өзара әрекеттерге түседі. Ең бірінші араласу тәжірибесін бала сөйлемей тұрып-ақ өз жанұясында алса, кейін үнемі субъективті тәжірибе жинайды. Ол тәжірибе тұлғаның ажырамас бөлігі. Осы процесс, сондай-ақ кейін индивидтің әлеуметтік тәжірибесін белсенді жандандырылып әлеуметтену деп аталады.

Әлеуметтену процесі адамдардың қарым-қатынасқа түсуімен және бірлесіп әрекет етуімен тығыз байланысты. Әлеуметтік тәжірибені меңгеру субъективті: бірдей әлеуметтік жағдайлар әр түрлі болып қабылдануы мүмкін. Түрлі тұлғалар объективті бірдей жағдайлардан сан алуан әлеуметтік тәжірибе алады, бұл *индивидуалдану* процесінің негізі.

1 - кесте Тұлға дамуының кезеңдері (Э.Эриксон бойынша)

Даму кезеңі	Дамудың қалыпты желісі	Дамудың аномалды желісі
1. Ерте нәрестелік шақ (туылғаннан 1 жасқа дейін)	Адамдарға деген сенім. Өзара махаббат, үйір болу, ата-ана мен баланың бірін бірі тануы, балалардың араласудағы және басқа да қажеттіліктерін қанағаттандыру	Анасының баласына нашар қарауының нәтижесі ретінде баланың адамдарға сенбеуі, мән бермеушілік, немқұрайлық, махаббаттан айыру. Баланы ана сүтінен өте ерте және күрт айыру, баланы эмоционалдық оқшаулау.
2. Кейінгі нәрестелік шақ (1 жастан 3 жасқа дейін)	Дербестік, өзіне өзі сену. Бала өзін дербес, жеке, бірақ әлі ата-анасына тәуелді адам деп санайды.	Өз өзіне сенбеу, өте ұялшақ болу. Бала өзінің бейімділмегендігін сезініп, қабілеттеріне күдіктенеді. Қарапайым қимыл әдеттерінің дамуында кемшіліктерді сезінеді, мысалы жүргенде. Оның сөйлеу қабілеті нашар дамыған, кемшіліктерін қоршағандардан өте қатты жасыруға тырысады.
3. Ерте балалық шақ (3-5 жас шамасында)	Қызығушылық және белсенділік. Қоршаған ортаны қызыға зерттеп, бейнелерді елестету, ересектерге еліктеу, түрлі рольдерге қосылу.	Пассивтілік және адамдарға мән бермеу. Инициативаның болмауы, салбыр болу, басқа балалардан қызғану, ұсыныстардан бас тарту, рольдерге қосылу белгісінің жоқтығы.
4. Орта балалық шақ (5 пен 11 жас аралығы)	Еңбекті сүю. Мойнына жүктелген парызды сезіну, табыстарға ұмтылу. Танымдық және коммуникативті білім мен әдеттердің дамуы. Өз алдына шынайы мақсат қойып, оған жетуге тырысу. Инструменттерде ойнауды белсенді меңгеру, шешімдер қабылдау.	Өзін өзі кемсіту. Әлсіз дамыған еңбек ету қимылдары. Күрделі тапсырманы орындаудан, басқалармен жарысудан бас тарту. “Дауыл алдындағы” немесе жыныстық жетілу кезеңі алдындағы тыныштық сезімі. Біреуге бағынушылық. Түрлі есептерді шешкенде жұмысы зая кететіндей сезіну.
5. Жыныстық жетілу,	Өз болашағын анықтау. Уақытша перспективаның –	Рольдердің шатасуы. Уақытша перспективалардың ығысуы

жеткіншек жасы және бозбалалық (11 мен 20 жас аралығы)	болашаққа жоспардың дамуы. Қандай болу? Кім болу? деген сұрақтарға жауап іздестіру. Білім алу, үйрену. Тұлғааралық тәртіп формаларындағы жыныстық ерекшеліктер. Дүниеге көзқарастың қалыптасуы. Құрбылар арасында лидер болу, қажет болса оларға бағыну.	және араласуы: болашақ пен осы шақ туралы ғана емес, өткен шақ туралы да ойлардың пайда болуы. Рухани күштерді өзін өзі тануға жұмсау, сыртқы әлем, қоршаған адамдармен қарым-қатынас орнатудың орнына өзін өзі түсінуге тырысу. Еңбек белсенділігін жоғалту. Жыныстық айырмашылықты көрсететін рольдердің ауысуы, лидер болуға ұмтылмау. Мораль мен дүниеге көзқарастың шатасуы.
6. Ерте ересек шақ (20 мен 45 жас аралығы)	Адамдарға жақын тарту, оларға көмектесуге тырысу. Бала сүйіп, оларды тәрбиелеу, махаббат пен жұмыс. Жеке бас өмірімен қанағаттану.	Адамдардан оқшаулану, олардан қашу, әсіресе жақындардан, олармен жыныстық қатынасқа түсуден қашу. Мінездің ауыр болуы, адамдарды таңдамай араласу, болжамға келмейтін әрекеттер жасау. Мойындамау, оқшаулану, әлем қауіптерге толы-мыс деген ойлардың әсерінен психика ауытқуының, жан дүниесі күйзелуінің алғашқы белгілері.
7. Орта ересек шақ (40-45 және 60 жас аралығы)	Шығармашылық. Өзімен өзі және басқа адамдармен өнімді және шығармашылық жұмыстар жүргізу. Толық құнды, әр қилы өмір. Отбасылық қатынастармен қанағаттану, өз балалары үшін риза болу. Жаңа ұрпақты үйрету және тәрбиелеу.	Тоқтап қалу. Эгоизм және эгоцентризм. Жұмыстың өнімсіздігі. Ерте мүгедек болу. Үнемі өзіне кешірімді болып, тек өзіне ғана күтім жасау.
8. Кеш ересек шақ (60 жастан жоғары)	Өмірдің түрлі оқиғаларға бай болуы. Үнемі өткенді ойлап, оған саналы баға беру. Өткен өмірді өз күйінде қабылдау, оның пайдасын түсіну. Тағдырдың жазғанына көну	Үміт үзу. Өмір босқа өткен деп, уақыт аз қалғандығын, ол өте тез өтуде деп ойлау. Өмір сүруді мағынасыз деп түсіну, өз күшіне, басқаға деген сенімнің жоғалуы. Қайта өмір

	қабілеті. Өлім қорқынышты емес екендігін ұғыну.	сүруді тілеу, бұрын алғаннан да көбірек нәрсені қажет ету. Әлемде тәртіп жоқтығын, жаман, санасыз бастаманың көптігін сезіну. Жақындап келе жатқан өлімнен қорқу.
--	---	---

Әлеуметтену және тұлғаның қалыптасу процестері арнайы әлеуметтік институттар шебінде, мысалы, мектепте, және түрлі формалды емес бірлестіктерде жүзеге асырылады. Тұлға әлеуметтенуінің маңызды институттарының бірі - жанұя. Отбасында, жақын адамдардың арасында адам тұлғасының негіздері қаланады. Адамның тұлға негіздері 3 жасқа дейін қаланады деген түсінікті кездестіруге болады. Бұл жас кезеңінде адамның психикалық процестері ғана дамып қоймай, ол өмірдің соңына дейін бойында сақталатын алғашқы тәжірибе мен өзін өзі ұстау тәрбиесін алады.

Әлеуметтенудің реттелетін, мақсатқа бағытталған сипатымен қоса реттелмейтін, стихиялық сипаты да бар екендігін айта кеткен жөн. Әлеуметтенуді бір уақыттағы мақсатқа бағытталған және реттелмейтін процесс ретінде түсіндіру үшін А.А.Реан келесідей мысал келтіреді. Мектепте өтетін сабақ кезінде оқушы сабақтың материалын, әлеуметтік ережелерді меңгеріп қана қоймай, ұстаз үшін “кездейсоқ” болып көрінетін нәрселермен өзінің әлеуметтік тәжірибесін байытады. Бұл тәжірибе позитивті де, негативті де болуы мүмкін.

Тәрбие беру барысында ата-ана мен педагогтың өз алдарына қоятын мақсаттары: баланың тәрбиесін қалыптастырып, оны әлеуметтік ортада өмір сүруге даярлау, ол үшін белгілі қадамдар жасау.

Психологияда әлеуметтеуді біріншілік және екіншілік деп ажыратады. Екіншілік әлеуметтену еңбекті бөлісумен және оған сай білімнің таралуымен байланысты. Адам еңбек етудегі өзінің ролін түсіне бастайды. Б.Г.Ананьевтың концепциясы бойынша әлеуметтену екі бағыты бар процесс ретінде қарастырылған, ол адамның тұлға ретінде және әрекет субъектісі ретінде қалыптасуын білдіреді. Мұндай әлеуметтенудің соңғы мақсаты – индивидуалдылықты қалыптастыру. Бұл жерде индивидуалдылық деп нақты тұлғаның даму процесін түсіну керек.

Әлеуметтенумен бір уақытта өтетін процесс – инкультурация. Егер әлеуметтену дегеніміз әлеуметтік тәжірибені меңгеру болса, инкультурация дегеніміз индивидтің жалпы адамзаттық мәдениетті, тарихи қалыптасқан әрекеттер жолын игеру процесі. Ол әрекеттерде түрлі даму кезеңдеріндегі адам әрекетінің рухани және материалдық өнімдері жинақталған. Бұл процестер бір-бірінен қалып қоюы мүмкін. Адам мәдениетті табыспен игерсе оның әлеуметтік тәжірибесі жеткілікті деп айту дұрыс емес және керсінше.

Тұлға дамуы теориясының негізгі мәселелерінің бірі - тұлғаның өзін-өзі өзектендіру (самоактуализация). Ересек тұлға өзін өзі дамытуы тиісті деп саналады. Өзін өзі дамыту және өзін-өзі өзектендіру идеясы адам туралы

көптеген қазіргі заман концепциялары үшін маңызды болып қалып отыр. Мысалы, ол гуманистік психологияда және акмеологияда басты орынды алады.

Тұлға дамуының мәселелерін қарастырған авторлар адам дамуының шарты болып табылатын себептерді анықтауға тырысады. Көптеген зерттеушілердің ойынша тұлға дамуының қозғаушы күші - түрлі қажеттіліктердің кешені. Олардың ішіндегі маңызды орын алатыны - өзін өзі дамыту қажеттілігі. Бірақ ол қол жетпес идеалға ұмтылу деген сөз емес. Тұлға үшін нақты мақсатқа жету немесе белгілі әлеуметтік статус алу маңыздырақ.

Келесі мәселе - тұлға қасиеттерінің тұрақтылық дәрежесі. Көптеген тұлға теорияларының негізіндегі тұжырым - тұлға әлеуметтік-психологиялық феномен ретінде негізгі көріністері тұрақты құрылу. Тұлға қасиеттерінің тұрақтылық дәрежесі әрекеттердің бірізділігін, мінез-құлықты болжау мүмкіндігін анықтап, оның қадамдарының заңдылықтарына сипат береді.

Алайда, бірқатар зерттеулердің көрсеткеніндей, адамның жүріс-тұрысы өзгермелі. Сондықтан еріксіз туындайтын сұрақ: адамның жүріс-тұрысы, тұлға болуы қаншалықты тұрақты және неде?

И.С.Конның ойы бойынша бұл теориялық сұрақта әрқайсысы бөлек қарастырылатын жеке сұрақтардың тұтас сериясы бар. Мысалы, біз ненің тұрақтылығы жайлы әңгіме қозғап отырмыз- жүріс-тұрыс, өзін - өзі ұстаудың ба әлде психикалық процестердің, тұлғаның қасиеттері мен қырларының ба? Бұл жағдайда бағаланатын қасиеттердің тұрақтылығы мен өзгергіштігінің индикаторы не? Ол қасиеттер тұрақты және өзгермелі екендігін көрсететін уақыт көлемі қандай? Осы уақытқа дейін жүргізіліп келе жатқан зерттеулер бірыңғай жауап бере алмағандығын айта кеткен жөн болар, олардың нәтижелері де әртүрлі. Мысалы, үнемі тұрақты болуы тиісті деп саналатын тұлғаның қырлары тұрақты емес болып шыққан. Кейде тіпті бір адамның бойындағы қасиеттердің көріністері жағдайға байланысты елеулі түрде ауысады екен.

Ал лонгитюдті зерттеулер тұлғада тұрақтылықтың белгілі дәрежесі бар деп көрсетеді, мұндай тұрақтылықтың өлшемі түрлі тұлға қасиеттері үшін бірдей емес. 35 жыл жүргізілген осындай зерттеулердің бірінде 100 адам белгілі тұлғалық сипаттамаларының жиыны бойынша бағаланған. Олар алғашқы рет орта мектеп жасында тексерілсе, кейін мектептің жоғарғы сыныптарында, ал соңғы рет 35-45 жас шамасында тексерілген.

Бірінші тексеруден кейін екінші тексеруге дейін 3 жыл аралығында сыналғандардың тұлғалық сипаттамаларының 58 %-ы сақталғаны анықталған. 30 жыл бойы жүргізілген зерттеулердің нәтижесі тұлғалық сипаттамалардың 31 %- ы сақталатынын көрсетті.

Тұлға психологиясы саласындағы зерттеулер бұрыннан жүргізіліп келеді, олардың өзіндік тарихы бар. Тұлға психологиясы дамуының 3 кезеңі келесідей: философиялық-әдеби, клиникалық және тәжірибелік.

Зерттеулердің бірінші кезеңі көне ойшылдардың жұмысынан басталып, ХІХ ғ-ң басына дейін жалғасқан. Бұл кезеңдегі тұлға психологиясының негізгі

мәселелеріне адамның өнегелік және әлеуметтік табиғаты жөніндегі сұрақтар жатады. Тұлға туралы алғашқы анықтамалар айтарлықтай ауқымды. Ол анықтамаларға адамның бойындағы бар нәрсе, оның жеке басыныкі деп саналатынның бәрі жатқызылған: биологиясы, психологиясы, мүлігі, мінез-құлқы, мәдениеті және т.б. Тұлға туралы осындай түсінік кейінгі уақытқа дейін сақталыпты. Нақты мазмұнға толы, тұлғадан бөлек көптеген басқа да түсініктер мен ғылыми категориялары бар психология үшін мұндай анықтама өте кең болып табылады.

XIX ғ-ң бірінші он жылдығында тұлға психологиясының мәселелерімен философтармен қатар дәрігер-психиатрлар да айналыса бастады. Олар ең бірінші рет клиника жағдайында науқасқа тұлға ретінде жүйелі түрде байқаулар жүргізіп, оның жүріс-тұрысын, өзін өзі ұстауын жақсырақ түсіну үшін өмір тарихын зерттей бастаған. Психикалық ауруларды диагностикалау және емдеумен байланысты кәсіби қорытындылар ғана жасалып қоймай, адамзат тұлғасының табиғаты жөнінде жалпы ғылыми қорытындылар да келтірілген. Философиялық-әдеби кезеңмен салыстарғанда клиникалық кезеңде тұлға - ерекше құбылыс деген түсінік мағынасы таратылған. Психиатрлардың аса мән бергені - әдетте науқас адамнан табылатын тұлғаның ерекшеліктері. Дәрігерлер тапқан ерекшеліктер барлық дені сау адамдарға тән болғанымен, науқастарда олардың көріністері гипертрофияланатыны (асыра білінетіні) анықталды. Мысалы, күйгелектік пен ригидтілік, тежелу мен қозғыштық.

Қалыпты, патологиялық және акцентуацияланған (норманың шекті варианты) тұлғаны сипаттауға мүмкіндік беретін терминдерді дәрігерлер тұлғаға анықтама беру үшін қолданған. Алайда мұндай көзқарас психология үшін жеткіліксіз деп танылды. Өйткені, қалыпты тұлғаны тұтас сипаттау үшін ол анықтамалардың мазмұны тар, ондай анықтамаларға шектен тыс көрініс бергенімен кез келген жағдайда “қалыпты” деп саналатын тұлға қасиеттері (мысалы, түрлі қабілеттердің болуы, адамгершілік қасиеттер) енгізілмеген.

XX ғ-ң басына дейін тұлға философиялық-әдеби және клиникалық тұрғыдан ғана зерттелсе, кейін бұл іске таным процестері мен адамның күйін зерттеумен айналысқан психологтар кірісті. Ғасыр басында психологияда тәжірибелік зерттеулер қарқынды дамып, гипотезаларды нақты тексеру және айқындалған фактілерді алу мақсатымен психологтар зерттеулерге мәліметтерді математикалық-статистикалық өңдеу әдістерін енгізуге тырысқан. Осыған байланысты психологтар ұзақ жылдар бойы қалыпты тұлғаны сенімді және валидті тесттер арқылы зертеу тәсілдерін жетілдіруді өз алдарына мақсат етіп қойған.

Келесі кезектегі әңгіме неғұрлым әйгілі тұлға концепциялары мен теориялары, олардың жіктелуі жөнінде болады.

Ғылыми жұмыстар мен оқу құралдарында тұлға концепциялары мен теорияларының әрқалай жіктелуі келтіріледі. Р.С.Немовтың ессебі бойынша 48 тұлға теориясы бар, олардың әрқайсысы 5 параметр бойынша бағалануы мүмкін.

Мінез-құлықты түсіндіру жолдары бойынша барлық тұлға теорияларын *психодинамикалық, социодинамикалық және интеракционистік* деп бөлуге болады.

Психодинамикалық теориялар психологиялық, немесе ішкі, сипаттамаларына орай тұлғаны сипаттайды, адамның жүріс-тұрысын түсіндіреді. Ал *социодинамикалық* теориялар бойынша тәрбие детерминациясындағы басты роль сыртқы жағдайларға беріледі. *Интеракционистік* теориялар сыртқы және ішкі факторлардың өзара әрекеттесу принципіне негізделген. Ондай өзара әрекеттер адамның өзекті әрекеттерін басқарады.

Теорияларды типтерге бөлудің келесі негізі - тұлға туралы мәліметтер алу жолы. Осы тұрғыдан барлық теорияларды *эксперименталды және эксперименталды емес* деп бөлуге болады. *Эксперименталды теорияларға* тәжірибе барысында жинақталған мәліметтерді сараптау және жалпылау арқылы құрастырылған теориялар жатқызылады. *Эксперименталды емес* теориялардың авторлары эксперимент жасамай-ақ өмірден алған байқауларға сүйеніп, теориялық талдап қорытады.

Тұлғаға құрылымдық және динамикалық құрылым деген көзқарастағы авторлар тұлға теорияларын басқаша жіктейді. Құрылымдық теория үшін басты мәселе- тұлға құрылымын және оны сипаттауға көмектесетін ұғымдар жүйесін анықтау. Негізгі тақырыбы - тұлға дамуындағы қайта құрылу, өзгерістер, яғни оның динамикасы болып табылатын теориялар *динамикалық* деп аталады. Сонымен қатар, бірқатар теориялар жас кезеңдік және педагогикалық психология шеңберінде пайда болған. Олар тұлға дамуындағы шектелген жас кезеңін қарастырады, мысалы, туылғаннан орта мектепті бітіргенге дейінгі, яғни нәресте болудан ерте бозбалалық шаққа дейінгі. Кейбір басқа теориялардың авторлары тұлға дамуын бүкіл өмір бойында бақылайды.

Тұлға теорияларын жіктеу кезінде көңіл бөлінетін нәрселер: ішкі қасиеттер, тұлғаның қырлары мен қасиеттері немесе олардың сыртқы көріністері, мысалы, мінез-құлқымен жасаған іс-әрекеттері. Осылай қасиеттер теориясын бөліп қарастыруға болады. Бұл топ теорияларының қағидаларына орай барлық адамдар бір-бірінен жеке, тәуелсіз қырларының жиынтығы мен даму дәрежесі бойынша ажыратылады, бірнеше адам бір адамның мінез-құлқтарын, қырларын байқап, оларды жалпылау арқылы тұлғаға біртұтас сипаттама бере алады. Тұлға қырларын бағалаудың екінші жолы барлық адамдарды типологиялық топтарға біріктіруді жорамалдайды. Мұндай бір топқа кіретін адамдардың психологиялық сипаттамалары бір-біріне жақын, мінез-құлқтары ұқсас. Сонда әрбір типологиялық топтың психологиялық сипаттамалары өзгеше, басқаға ұқсамайды деген сөз.

Тұлға теорияларының жіктелуін қарастырған тек Р.С.Немов қана емес. Б.В.Зейгарник теорияларды пайда болу және даму жағдайларына тәуелді мазмұнды-мағыналық және тарихи аспектілерде қарастырған. Ол келесі теория топтарын бөліп көрсетеді: фрейдизм мен неофрейдизмнің тұлға

теориялары, гуманистік тұлға теориялары, экзистенциальді психологияның тұлға теориясы, француз әлеуметтік мектебінің тұлға теориялары және т.б. Осылардың кейбіреулерін жалпы түрде қарастырайық.

Қазіргі кезде тұлға зерттеуде жеті негізгі тұлға теориялары дамыды. Әрбір бағыт өзінің теориясымен және де өзінің әдісімен, құрылымымен ерекшелінеді.

Тұлғаның психологиялық сипаттамасы. Қазіргі кезде психологияның ерекшелігі психиканы зерттеуші бағыттың көптігімен, тұлға теориясының кеңдігімен мәселенің күрделілігі психологияның алдында тұрған теориялық міндеттерге және ғылымның дамуының ішкі қажеттіліктеріне байланысты.

Тұлға – психологиялық сипаттамасы, бірқалыпты жоғарғы даму жүйесі, индивидуалды қажеттіліктермен қамтамасыз ететін, уақытша және белгілі бір жағдайларда адамның тұрақты жүріс-тұрысы.

Тұлға теориясы – бұл болжамдардың жиынтығы немесе тұлға дамуының табиғаты мен механизмінің болжамы.

Тұлға теориясын тек түсіндіруге тырысып қана қоймай, ол адамның жүріс-тұрысын сипаттайды (А.Хьелл, Д. Зиглер).

Көптеген теориялар психологиялық оқулықтарда берілмейді, американдық тұлға теориялар басқа елдердің теорияларын мойындай бермейді, тек тұлға теориясын жасаушы Фрейд, Юнг, Адлер болмаса, әрі көптеген теориялар өз «ұясында» қала береді, жаңа теориялар келе береді. Теорияларға контент анализ жасасақ, барлық классикалық теориялар шыққанына көп уақыт болды, тіпті тұлға теориясы жайлы американдық оқулық 1967 жылы шықсада олар қайта басылып шығып жатыр.

Бүгінгі тұлға теорияларының жағдайы қалай, сол американдық оқулықтан кейін өзгерді ме, бүгіндері тұлға теориясында әлеуметтік конструкционизм методологиясы үстемдік жасауда, олар кез келген теорияны немесе ұғымды әлеуметтік контексте суреттейді. Солардың ішінен теориялардың үш тобын бөлеміз - біріншісі операциялық немесе клиникалық бағдарланғандар, тұлға теорияларының ішінен қызығу туғызатыны экзистенциалды бағдарлану тұлға теориялары - бір жағынан Фрейдті екінші жағынан Хайдегерді жақтайтын М.Босстың теориялары-тұрмыстық анализ теориялары, логотерапия - В.Франкл (1990-1997).

Тұлға теориялары - 1.Фрейд, 2.Юнг, 3.Адлер, олардың оппоненті 4.Роджерс, 5.Скиннер, 6.Оллпорт, 7.Маслоу, 8.Фромм, аралық статуста Кэттелл, Келли, Эриксон, Бинсвангер, Босс, Шелдон, кейінгі орында Доллард, Миллер, Салливан, Меррей, Роттер, Хорни, Айзенк, Левин ең соңында.

Ең көп оқылатыны - психоанализ, бихевиоризм, гуманистік психология. Жаңа американдық тұлға теориялары бағытында екі бағыт үстемдік етеді - біріншісі, әлеуметтік когнитивті бихевиоризмнен шыққан Дж.Роттер, А.Бандура, екіншісі каузальды (себеп, басқа мінез-құлықтан себеп іздейді) атрибуцияға байланысты мінез-құлық пен мотивацияны регуляция жасайтын эгогендік ықпал, яғни тұлға әуел бастан социумға қосылған, мінез-құлық грамматикасы, ережелер, сөз дамиды.

Тұлға теориялары өте көп олардың бәрі оқулықтарда беріле бермейді. Шет ел психологиясында көп оқылатын теориялардың алдында тұрғандары, олар, З.Фрейд, К.Юнг, А.Адлер, К.Роджерс теориялары алдыңғы қатарды алады, оларға Б.Скиннер, Г.Оллпорт, А.Маслоу, Э.Фромм, А.Бандураның еңбектері қосылады.

Келесі орында Р.Кэттелл, Дж.Келли, Э.Эриксон, Л.Бинсвангер, У.Шелдон алса, келесі топты Дж.Доллард, Н.Миллер, Г.Салливан, Г.Меррей, К.Хорни, Г.Айзенк алады. Осыдан көріп отырғанымыздай көбінесе психоанализ бихевиоризм гуманистік психология үштігі көп қылады, оқулықтарда көп жазылады.

Кеңес психологиясында жазылған теорияларда басты деген төрттеорияларды көрсетуге болады іс-әрекеттік концепцияға негізделген мәскеулік мектеп (А.Н.Леонтьев, Л.И.Божович), ленинград мектебі (Б.Г.Ананьев, В.Н.Мясищев), грузин мектебі (Д.Н.Узнадзе), пермь мектебі (В.С.Мерлин). Кейінірек бұл мектептерді жалғастырған теориялардың қатарына А.Г.Асмолов, Б.С.Братусь, Ф.Е.Василюк, Д.А.Леонтьев, А.В.Петровский, В.А. Петровский, В.И.Слободчиков және тағы басқалардың еңбектерін айтуға болады.

Тұлға теорияларының ішінен таңдап, олардың қайсысын оқулыққа кіргізу керек деген сұрақ өте күрделі болып табылады. Соған қарамастан тұлға феноменінің табиғатын аша алатын, нақты жағдайды көрсете алатын теорияларға шолу жасау мүмкіндігі автордан байланысты болады.

Негізгі екпінді шет ел теориялардағы тұлға мәселесі қалай анықталады, олардың кеңес психологиясында және қазіргі психологияда алатын орнына қарай және кеңес психологиясындағы негізгі теорияларға және олардың бұл күндері жалғасын тауып отырған теорияларға жасала отырып оқырмандарға психология ғылымындағы тұлға түсінігінің мәнін ашу болып табылады.

Шет елдік теорияларда әрине тұлғаны түсіндіруде, оны анықтауда әсер еткен, адамзат баласының өмірінде ұлы із қалдырған ұлы классиктерге де екпін жасалады (Гиппократ, Платон, Аристотель), сол сияқты ұлы ойшылдардың еңбектеріне сүйенбей тұлға түсінігін талдау мүмкін еместігі көрсетіледі (Кант, Гоббс, Локк, Спиноза, Ницше).

Ал кейінгі тұлға теорияларын қалыптастыруға негіз болған еңбектерді айтуға болады, олар Шарко мен Жаненің, Фрейдтің, Юнгтің клиникалық бақылаулары, гештальттық дәстүрлер мен В.Штерн еңбектерін айтуға болады. Кешірек эксперименттік психология мен үйрену теорияларының тұлға теорияларын жасауға негіз болды. Келесі бір негізді психометриялық зерттеулер береді.

Шет елдік теорияларда тұлғаны әрқалай түсіндіреді, ағылшын тілінде тұлға епті деген мағынаға келеді. Индивидтің тұлғасы әртүрлі жағдайда әртүрлі адамдардың позитивті реакциясын алуға ұмтылатын тиімділігімен бағаланады. Сондықтанда курстарда «тұлғалық тренинг» деп аталады.

Оқушының тұлғалық проблемасын айтқанда мұғалімоқушының педагогпен, оқушылармен қанағаттанған қатынас орната алу үшін әлеуметтік

ептілігі адекватты емес екені туралы айтады. Индивидтің қоршағандарға әсері туралы айтқанда индивид «агрессиялы тұлға», «тіл алғыш тұлға», «қорқынышты тұлға» дегендер туралы түсініледі.

Оллпорт әдеби шолуларда тұлға туралы елуге жуық анықтаманы бөліп көрсетеді. Оллпорт ол анықтамаларды ажырату үшін биосоциалды және биофизикалық деп атады. Биосоциалды анықтамаларда тұлға терминінің тұрмыстық қолданылуына сәйкес келеді, тұлғаны индивидтің «әлеуметтік стимулды құндылығы» дегенмен ара қатыстырылады, Яғни басқалардың реакциясы субъектінің тұлғасын анықтайды, оған Оллпорт тұлға тек басқалардың реакциясымен ғана анықталмайды деп қарсы болып оған биофизикалық анықтамаларды қосады, тұлғаның сипаттамалары мен саналарын кіргізеді.

Басқа анықтамаларда индивидті бағалауда оның маңызды деген қасиеттерін кіргізеді, ал тағы бір анықтамаларда тұлғаның ұйымдастырушы немесе интеграциялаушы функциясын көрсетеді, тұлға индивидуалды мінез-құлықтың әртүрлі түрлерін реттейді деп айтады. Тағы бір анықтамаларда тұлғаны мінез-құлықтың уникалды немесе индивидуалды аспектілерімен береді, индивидті басқа адамдардан ажырату үшін сол анықтаманы қолданады.

Кейбір теоретиктері тұлға адамның маңыздылығын құрайды деп санайды. Сонымен шет елдік теорияларда тұлғаны тұлға теориясын жасаған авторлардың өздерінің жеке зерттеген бақылаулары негізінде жасалған эмпирикалық түсініктерімен түсіндіріледі. Біз тұлға феноменін өз эксперименттері мен жеке бақылау нәтижелерінде ашып көрсеткен соның негізінде жазған басты теориялардың кейбіреулеріне тоқталамыз.

Тақырып №2. Классикалық психоанализ

Жоспар:

1. Зигмунд Фрейд: тұлғаның психодинамикалық теориясы
2. Психоанализ: негізгі концепциялары және принциптері

Негізгі ұғымдар: Фрейдизм бағыты

Зигмунд Фрейд, нем.*Sigmund Freud*, толық аты Сигизмунд Шломо Фрейд, нем.*Sigismund Schlomo Freud*; 6 мамыр 1856 жыл, Фрайберг, Австрия — 23 қыркүйек 1939 жыл, Лондон) — Австрия психологі, психиатрі және неврологі. Психоанализ ілімінің негізін қалаушы.

Психоанализдің негізін салушы австрия психиатры З.Фрейд. Қазіргі күнге дейін тұлға психологиясына әсер ететін, кең тараған теориялардың бірі – фрейдизм. Бұл теория клиникалық кезеңде пайда болған. Теория құрастырушысы-З.Фрейд. Кейін фрейдизмнің іргесінде шартты түрде неофрейдизм теорияларының тобына біріктілген бір қатар теориялар пайда болған. Фрейд бірнеше жыл бойы Сальпетриердегі (Париж) атақты француз

неврологы Ж.Шарконың клиникасында және Нансидегі Бернгеймнің клиникасында жұмыс жасай жүріп невроздар терапиясымен танысқан болатын. Өткен ғасырдың 90-жүзінің басында Й.Брейермен біріге гипноздық катарсис тәсілін пайдаланды. Кейін гипноздық сендіру практикасын тастап түстерді жору интерпретациясын, еркін туыдайтын ассоциацияларды, ескертулерді, естен шығаруды зерттеуге көшкен. Осындай материалды талқылауды Фрейд психоанализ тәсілі деп атап, оны психотерапияның жаңа техникасына баламалаған.

Психоанализ тәсілін пайдаланғанда науқаспен ұзақ уақыт әңгемелесе отырып, оның ақыл-есіне ауырудың шынайы себебі туралы жеткізіледі, науқас бұрын ескермеген нәрселерді түсіне бастайды. Фрейдтің айтуынша катарсис болады. Кейін мұндай концепция дені сау адамның психикасына да таралған.

Мінез-құлық мәселесін қарастыра отырып Фрейд адамның психикалық іс-әрекетін анықтайтын 2 қажеттілікті көрсетеді: либидо және агрессия. Қоршаған орта осы қажеттіліктерді қанағаттандыруға қарсылығын білдіріп, бөлектегеніне қарамастан ол екеуі сананың “цензурасынан” өтіп, символдар түрінде көрініс береді. Осы қажеттіліктердің өзара әрекетінің сипатын, оларды қанағаттандыру мүмкіндігін аша келе Фрейд тұлға құрылымында 3 негізгі компонентті ажыратады: ид (“Ол”), эго (“Мен”) және супер-эго (“Жоғарғы-мен”). Ид бейсаналық саласына ығыстырылған инстинкттердің алаңы болып табылады. Эго, біржағынан, бейсаналы инстинкттерге жалғасса, екінші жағынан, шынайылықтың нормалары мен талаптарына бағынады. Супер-эго дегеніміз қоғамның ғибратты бастауларының жиынтығы, ол “цензор” ролін атқарады. Сонымен, ид пен супер-эго талаптары үйлеспейтіндіктен эго үнемі конфликтіде, ол қорғаныс механизміне (ығыстыру, сублимация) жүгінуіне тура келеді. Ығыстыру санасыз түрде жасалады. Бейсаналық саласына “көшетін” мотивтер, күйзелулер “цензор” үшін жарамды символдар, әрекеттер түрінде қалып, әсер ете береді.

Фрейдтің ойынша түрлі іс-әрекет функциялары мен формаларын жүзеге асыру үшін арнайы механизмдердің (сублимация, проекция, көшіру, ығыстыру, регрессия, т.б.) бөлек жүйесі бар. Ал ағза энергия сақталу заңымен басқарылатын күрделі энергетикалық жүйе ретінде қарастырылады. Сондықтан, егер либидо өзінің бір көріністерінде тоқтатылса, онда қандай да бір басқа эффекттіні тудыруы тиіс. Супер-эго осындай эффекттерді әлеуметтік тұрғыдан жарамды етеді. Егер жарамды ете алмаса, онда ид пен супер-эгонның арасындағы конфликт өршіп, жүйенің қалыпты қызметі бұзылады, тежелген либидо түрлі ауырсыну синдромдары арқылы өзін байқатады.

Психологияның әртүрлі мектептерінде тұлға табиғаты әртүрлі түсініледі, оның себебі, оны психологияның пәні ретінде анықтаумен, психологиялық зерттеулерге деген қатынаспен, зерттеулерде қалыптасқан принциптермен байланысты болды. Сондықтанда фрейдизм аясында негізгі ұғым инстанциялар мен, өзбеттілі өмір сүретіндердің арасындағы конфликт ретінде қаралғандықтан, тұлға үнемі конфликт жағдайында қаралды.

Осы бағытқа негіздемені австриялық дәрігер, психиатр, психолог, философ, бейсаналық теориясын жасаушы З.Фрейд (1856-1939) берді. Психика оның пікірінше санадан тұрады, ол адамға оның басынан өткізгендері ретінде беріледі, сана алды күйі жеңіл ұғынылатын бірақ дәл сол уақытта анық ұғынылмайтын, бейсаналық басынан кешкендер болады деп түсінілді.

Психиканы динамикада қарастыра отырып, З.Фрейд сана, сана алды және бейсаналықтың арасында үнемі қозғалыстар, өзара әрекеттер, конфликтілер болады деді. Санадан ыңғайсыз, қабылданбайтын тілектер, қабылданбайтын еске түсірулер ығыстырылады. Сана қоршағандар негативтің бағалаған ұмтылуларды басып тастайды, олар бейсаналыққа өтеді, санада көріну жағдайы туғанға дейін сонда өмір сүреді.

Сөйтіп бейсаналық ығыстырылған, сана үшін жарамайтын мазмұндарды (тілектер, ойлар т.б.), алғашқы инстинктерді «орналастырушы» ретінде түсінілді. Сана мен бейсаналықтың арақатынасы айсбергтің судың асты мен үстінің арақатынасы ретінде қаралды. Су асты бөлігі үлкен және көрінбейді.

Фрейдизм «адамның жаңа бейнесін», жаңа дүниетанымды жасауға тырысты.

Психиатрлар мен невропатологтардың көптеген бақылаулары адам — XIX ғасырдағы психология бейнелегендей, интеллектуалдандырылған тіршілік иесі емес екенін көрсетті. Олардың бақылаулары, адамның психикалық өмірі аффектілер мен эмоцияларға, қызығушылықтар мен құмарлықтарға, бір-біріне қарама-қайшы, кейде адамның қабылдауы мен ойлауын басқаша көрсететін, ұмтылыстар мен тілектерге толы екенін көрсетті. Адам көп жағдайда өз қылықтарының себептерін, мотивтерін білмейді және өзінің бойындағы кейбір ілімдерді, естеліктерді жоққа шығарады, бірақ оларды гипноз әсерінде көрсете алады. Осы бақылаулар психоаналитикалық фрейдистік теорияны жасаудың көзі болды.

Фрейдизм жеке адамның жан төркінін, дамуын иррационализм (саналы дәлелі жоқ) мен мистика (тылсым құпия) сияқты психикалық факторларды саналы әрекетке тікелей қарсы қоюмен дәлелдеуге тырысқан психологиялық бағыт. Алғашқыда есі ауысу сырқатына тап болғандарды емдеу мен олардың сырқатының табиғатын түсіндіруге бағытталған бұл ілім кейін адам жөніндегі жалпы тағлимат дәрежесінде ұсынылды. Фрейдизм ілімінің негізгі сарыны: адам табиғаты астар санадағы психикалық күштер (олардың ішіндегі ең бастысы либидо (жыныстық құмарлық) мен сол адамға жау әлеуметтік ортада тіршілік сақтау қажеттігі арасындағы мәңгі өшпес келіспестік пен арпалыста дамиды, қалыптасады.

Қоғам өзінің шектеулерімен адамды күйзеліске түсіреді, оның санаға бағынбайтын құмарлықтарын басуға тырысады. Сондықтан бұл көңіл шарпулары (аффект) және сезім көріністері (эмоция) айналма жолдармен невротикалық белгілер түрінде жарыққа шығады (түс көру; қате, жаңсақ сөйлеу, жазу; қажет, бірақ ұнамсыз болғанды ұмыта қалу, ойланбай айтып салған оспақ әзіл, т.б.). Осыдан З.Фрейд Адам ісәрекетінің бәрі объектив болмыс туындатқан сана басқарымында болмай, адамның өзі сезе бермейтін

астар санадағы ықпалдар (мотив) жетегінде жүреді деген тұжырымды бетке ұстайды. Санада ешқандай күш жоқ, яғни организм мен қоғам адамның саналы күтілмеген көңіл шарпуларының илеміндегі қамыр. Фрейдизм, ақырында, адам қылығы қоғамдық даму заңдарына бағынбай, иррационал психикалық күштер ықпалында болуын дәріптеуінен, адам әрекетінің бәрі агрессив, оны тәрбиемен өзгерту мүмкін емес деген реакцион идеяның арқауына айналды.

Австриялық дәрігер - психиатр және психолог З.Фрейд адам өміріндегі үлкен рөлді балалық жылдарына пұлдады. Адамның мінез-құлығының қалыптасуы балалық шақтағы өткен өшпейтін ізге тікелей байланысты деп қарастырды. Балалық шақ, З.Фрейд бойынша, бірнеше кезеңдерге жіктеледі:

Белгілі бір уақытта қай орган, қандай психосексуалды аймақтары дамыса, ол соған сәйкес дамитын кезеңдерді анықтайды. З.Фрейд адам барлық кезеңдерді өз дамуында дәйекті түрде өтетін энергияның мөлшерімен дүниеге келетінін санады. Ол алғашқы үш кезеңдер **прегениальды** деп атады: (оральная, анальная, фаллическая) ауыз, көтеншек, фаллиялығы. Олар 5 жылдарға дейін жаратылысты жас шамаларын қамтиды. Төртінші, генитальды, өз дамытуындағы фаза жыныс жетілуі уақытпен дәл келеді.

З.Фрейд адам дамытудағы нәпсі түйсіктің анықтайтын рөлін жиі қарастырған. Нәпсі түйсік адамның өсуі процесінде бір эроген аймағынан басқаға ауыса дамиды. Және әрбір кезеңде бас жағымды кернеуі қанағаттандыруды әкелетін дененің нақтылы бөлімшесі болып табылады. Бұл қажеттіктер фрустрация күйде, қалыпты жағдайда немесе қамқорлықтың атмосферасында - қанағаттандырылғанына сәйкес, адам сипаты анықталады. Баланың психосексуалды қажеттігі фрустрациялар жағдайда нормалы қанағаттандыру таппайды. Тәрбиешілердің аса қамқорлығының нәтижесінде де бала өз мүмкіндіктерін қолдана алмай, өз қажеттіктерін басқаруға қол жеткізе алмайды.

1. Оральный тип: Ауыз түр:

Егер балада нәрестелікте, шамадан тыс немесе жеткіліксіз стимуляция қиындықтар болса, онда келешекте енжар түр (орально-пассивный) адам қалыптасады. Бұл түр қоршаған шындыққа, енжар, немқұрайлылық танытумен бейнеленеді. Ол басқадан үнемі қолдау және мақұлдау іздейді. Бұл адам әдетте көңілді және оптимистік, балалық жанды. Жиі бір қалыпты жомарт немесе, аса қомағай да болады.

Егер (фрустрация немесе шамадан тыс қамқорлы кездерде) мәселе бөпеді тістер шығатын мерзімде, тістеу және шайнау бұл күйде маңызды форма болғандықтан, бұл кезде қалыптасатын тип (орально-агрессивный, или орально-садистский) онда біз агрессивті, адамның түрін аламыз. Мұндай адамның түрі меншікті мүдделердегі басқа адамдарды пайдалануды, цинизм, сарказм, түңілушілік, өктемділікке әуестенуді жақсы көреді.

З.Фрейд дәстүрлі психологияға қарсы шықты. Бұрынғы түсініктеме схемаларын ығыстырып, жаңаларын ұсынды. Ол өзінің емдеу тәжірибесінде ерікті ассоциациялар әдісін кең қолданды. Әрбір ассоциация қандайда бір

себептің салдарынан басталады деп санады. Ассоциация арқылы ол өзінің пациенттерінің ойын білуге тырысты.

З.Фрейд ұғымдарының өзегі болып метаморфозалар идеясы қалыптасты. З.Фрейдтің сәбидің жыныстық дамуы және эдипов комплексінің теориясы баламалар мен талқылауларға негізделіп жасалған, сондықтан да ғылымды емес, мифологияны білдіреді.

Психоанализдің негізгі дәрежесі болып мотив дәрежесі саналады. Психоанализ адамның мінез-құлқының серіппелері мен қуат қоры туралы адамның өзі жайлы ұғымдарынан көбірек айтуға тырысты. Бірақ З.Фрейд мотивацияны санаға қарсы қойды. З.Фрейдтегі психикалық қуаттылық биологиялықты алмастырды және қоғамдық дамудың басты қозғаушы күшінің ролін атқарды. Ағза да, қоғам да пішінделетін материал түрінде қарастырылды.

З.Фрейд жеке тұлғаның дамуының әр түрлі міндеттерін жүзеге асыратын кезеңдерін бөліп және анықтай отырып жеке тұлғаның даму теориясын тұжырымдады және даму дағдарыстарын сипаттады, психолог бұл дағдарыстардың мазмұнымен жұмыс жасай отырып адамға интенционалдылыққа жетуге көмектеседі.

З.Фрейд тұлға туралы психологиялық ілімге маңызды ықпал еткен, басқа модельді ұсынды. Онда тұлға 3 компоненттен тұрады және олар терминдермен белгіленеді деп тұжырымдалған: «Ид» (ол), «Эго» (мен) және «Супер-эго» (меннен жоғары).

Тұлғаның құрылымы З.Фрейд бойынша басқаша берілді: «Ид» төменгі инстанция, бейсаналы біріншілей қажеттіліктерді орналастырады, қанағаттану принципіне бағынады. Қанағаттану принципі психикалық өмірді реттеуші болып табылады, ол қанағаттануға ұмтылу мен қайғыларды жоюмен көрінеді.

«Ид» - инстинктерді тасымалдаушы: ол санадан тыс және иррационалды бола тұрып, рахаттану ұстанымына бағынады.

«Супер-эго» «үстіде» орналасады, жоғарғы инстанция болып табылады, біріншілей қажеттіліктерде көрінетіндерді шектейді. «Супер-эго» бейсаналық инстанция, мінез-құлық цензурасы, бастан өткен әсерлер.

«Супер-эго» - рухани стандарттарды тасымалдаушы. Бұл сыншы және цензор ролін атқаратын тұлға бөлігі.

«Эго» - шынайылық ұстанымына бағынады, сыртқы әлемнің ерекшеліктерін, оның қасиеттері мен қатынастарын ескереді.

«Эго» психикалық өмірдің ұғынылған жағы, реалды өмір шарттарын бағдарлануды береді, «Супер-эго» талабын және «ид» тілектерімен келісуге ұмтылады. «Эго» негізінде жатқан реалдылық принципі тілектерді қанағаттандыру барысындағы реалды болмысты ескеретін бағдарлануды көрсетеді.

Егер Эго Ид-ке тиімді, ал Супер-эго-ға қарсы әрекет жасаса немесе шешім қабылдаса, ол өзін кінәлі сезініп, ұялып, өзін-өзі жазалайды.

Эго-ға қоятын әр түрлі инстанциялардың – Ид және Супер-эго - талаптары ұқсамайтындықтан, ол үнемі келіспеушілікте болады. Мұндай жағдай төзгісіз күштеу тудырады.

Бұл күштеуден Эго арнайы «қорғаныс механизмдері» - ығыстыру, сублимация және т.б. арқылы құтылады.

Ығыстыру — тұлға қабылдамайтын, белсенді құбылыстарды жою.

Сублимация — тиым салынған жыныстық қуаттың басқа әрекет түрінде шығу механизмі.

3.Фрейдтің негізгі ұғымы ол энергия. Либидо ол сексуалды энергия немесе жасампаз энергия. Бұзатын энергия өлімге, агрессияға ұмтылуда көрінеді. Энергия бейсаналықтан бөлінгісі келеді, ал әлеуметтік шек қоятын цензура энергияның тура өз міндетіне баруын шектейді. Конфликтіден қашу энергияның таралу мүмкіндігінің орындалмайтындығымен шақырылған күштеу үшін «эго» сублимацияны пайдаланады.

Сублимация сексуалды ұмтылулар энергиясын әлеуметтік рұхсат етілген объектілерге ауыстыруды жасайды, сексуалды инстинкт энергиясын тікелей объектіден алып кетеді, оны әлеуметтік өнімді іс-әрекетке қолдануға жұмсайды. Егер «Эго» зорығуды конфликтіден түсірмесе, онда ол бастан кешірген зорығуды неврозға апарайды. Невроз психоаналитиктердің айтуы бойынша ол мәселені шешуден кету деп санайды.

Ұғыну невроздан жазылуға мүмкіндік береді, невроз қорғанудың бейсаналық құралы болып табылады. Невротик психоаналитиктің интерпретациясымен белсенді қарсыласады, өзінің шынайы невротикалық конфликтісін түсінгісі келмейді. Фрейд бойынша конфликт табиғаты бойынша психикаға тән, ол жойылмайды.

Алайда «Эго» конфликтіні тиімді басқара алады, невроздан қашырады. Ол үшін «Эго» психологиялық қорғаныстарды қолданады, сол арқылы санадан шектеу қойылған қабылданбайтын өзінің меншікті импульстарын қабылдауды жояды.

Эмоционалды және мінез-құлықты стереотиптерді тану үшін жеке тұлғаның қорғаныс механизмдерін оқи отырып жүзеге асыруға болады. Психоаналитикалық консультация клиент мәселесінің бастауын тануын ортаға қояды. Инсайт, саналы түрде түсіну тұлғалық өзгерістердің басталуына жиі жеткілікті болады.

Тұлғалық қақтығысты З. Фрейд Ол, Мен, және Жоғары-Мен. Қазіргі теориялар модификациясында психолог міндеті Мен көмегімен белгілі қарсылықсыз Ол мен Жоғары-Мен арасында қатынасты адам табуы керек. Ол – санадан тыс облысы. Жоғары-Мен — әлеуметтену үрдісінде алған тұлға қасиеттері. Мен – Жоғары-Мен мен Олардың арасындағы сілтеуші. Әлді Мен Ол мен Жоғары-Мен арасындағы қатынасты жасаушы – интенционалдылыққа жетудің маңызды шарты.

Мен-нің негізгі міндеті адамға әсер ететін сыртқы (әлеуметтік) күштер мен ішкі (санасыз) арасындағы балансты сақтау болып табылса, онда психолог үнемі тұлғаның өзін қорғайтын механизмдерімен жұмыс жасайды.

Психодинамикалық теорияларда көптеген қорғану механизмдері сексуалдылықты тежеу үшін деп саналады.

Психологиялық қорғаныс бейсаналық механизмдердің жиынтығы, «Эгоны» сыртқы қауіптен, бейсаналықтан келетін «Супер-Эго» үшін қабылданбайтын меншікті әуестенулерден қорғауды қамтамасыз етеді.

Психологиялық қорғаныс механизмдері әртүрлі формаларға ие болады, оның алпыстан аса түрі кездеседі, мысалы проекция, ығыстыру т.б. Бейсаналықты сыналудың есебінсіз зерттеу мүмкін емес, сондықтан түс көргендегі, қателескен әрекеттердегі, невротикалық симптомдардағы, еркін ассоциациялардағы бейсаналықтың нысанын, бұзылуын, көрінгендерін анализдеуді қолдануды ұсынады. Қате әрекеттер есімдерді ұмыту, естімей қалу, қателесу, жаңылысу, басқа нәрсені айта салу көріністерінде білінеді.

Комбинацияланған қате әрекеттер болады. Қате әрекеттер санадан ығыстырылған, көріну қабілетінен айырылған басып тасталынған психикалық материалдар әрекетімен шақырылады. Белгілі бір жағдайда әрекеттің ұғынылған бағытын, басылып қалған тілектер интерференциясы қате әрекетті, әрекет бағытын береді.

Түс көруді кейде «бейсаналықтағы патшалық қақпасы» деп атайды. Түс көру жұмысы, ауыстыру мен конденсация түс көру бейнелерін түсініксіз, анықсыз, санаға түсініксіз етіп жасайды. Фрейдтің идеяларының бірі символдар сөздігін жазу, көптеген психоаналитиктер оған қарсы болса да, оны, барлық бейнелерді ұғынылған тілге аудару болды.

Ең қызығы сол түс көру жұмысын талқылап оны қайта жасалған психикалық материалдарды меншікті бастапқы қабат деп қабылдау болды. Түс көру жұмыстарын талқылауда «әрекетті қайта жасау», яғни түс көру әрекетін қайта жасау болып табылады.

Ол реконтекстуализация (түс көрудегі ауысудан кейін) және деконденсация (түс көруден кейінгі жасалған жұмыс конденсациясы). Түс көруді анализдеу барысында символдарды түсіну оларды өндегеннен кейін ашылады.

3.Фрейдтің практикасында емес, теориясында бейсаналық пен сана деген дихотомия бар, бұл дихотомиялар басқада ғылыми дихотомияларда кездеседі: сыртқы мен ішкі, ырықты мен ырықсыз, рефлексивті емес пен рефлексивті. Интериоризация ұғымы осы дихотомиялар негізінде жасалған.

Психоанализ субъектіге анықталуды жапсырудан, проблемаға творчестволық шоғырланудан бас тарту мәселесі бойынша басқалардан айырмасы бар. Творчестволық адам творчество беретін анықтаудан, мәселені шешуден қашу үшін психоанализден жиі бас тартады.

Фрейд психологияға, мәдениетке үлкен үлес қосты. Фрейдтің психоанализ практикасы мен теориясы пайда болғаннан кейін адам басқаша ойлай бастады, басқаша қорытынды жасады.

Тақырып №3. Альфред Адлер: тұлғаның индивидуалды теориясы

Жоспар:

1. Тұлғаның индивидуалды теориясы
2. А.Адлер бойынша тұлға типтері

Негізгі ұғымдар: А.Адлер типологиясы, тұлға типтері.

Адамға деген биофизикалық ықпалдан басқа интеллектуалды тенденциялар қалыптасты, психоанализге «әлеуметтік психологиялық көзқарастар» әкелген концепциялардың ішінде негізгілерін айтуға болады (А.Адлер, К.Хорни, Э.Фромм, Г.Салливан) олардың ішінде «жаңа әлеуметтік психологиялық көзқарастың» әкесі Адлер Альфред болып табылады.

А.Адлер (1870-1937) Фрейд пен Юнгтен айырмашылығы сол ол адам мотивациясы әлеуметтік оянулармен шарттанады деді, адамдар әуелден-ақ әлеуметтік болып табылады, өздерін басқа адамдармен арақатыстырады, бірлескен әлеуметтік іс-әрекетке қатысады. А.Адлер әлеуметтік қызығулар адамда туа берілген мәнділік деп санады, осы тұрғыдан ол да Фрейд пен Юнг сияқты кейбір көзқарастары биологиялық болып табылады.

Адлер психологтардың ойына әлеуметтік өзгерткіштер дегенді салып, әлеуметтік психологияның дамуына негіз салды. Адлердің тағы бір екінші маңызды еңбегі ол тұлға теориясына жоғары персоналданған субъективті жүйе «Креативті Мен» деген ұғымды кіргізді. Үшінші айтқан маңызды жағдайы психоанализден айырмашылығы сол ол адамның уникалды сипаты жайлы айтты.

Әрбір адам уникалды қырлар, мотивтер, қызығулар, құндылықтар жүйесі деп қаралды. Адлердің теориясында сексуалдылық минимумға апарылған, адам алдымен әлеуметті жан деп саналды. Тағы бір маңызды айтқан ойы тұлғаның орталығы сана болып табылады, адамдар саналы маңыздылық, мінез-құлық себептерін түсіне алады, адамдарда өзіндік сана болады, әрекетін жоспарлайды, басқарады, психиатр ретінде көп практика жасады.

Адлердің концепциясында тұлғада болатын төмендегі жағдайларды көрсетті: фиктивті финализм, басым болуға ұмтылу, толық қанды емес сезімі мен компенсация, әлеуметтік қызығу, өмір стилі, креативті Мен. Адлер зерттеуде қолданған әдістері: туу реті мен тұлға жайлы, ертедегіні еске түсірулер, балалардың бастан кешкендері бойынша сезімдері.

Австро-американдық психолог-психоаналитик Альфред Адлер адам өмірінде әлеуметтік жағдайларға ең үлкен мән берген. Оның айтуы бойынша, әр адам үлкен немесе кіші дәрежеде әлеуметтік ортаға деген тұрақтылыққа ұстанады. Егер адамның әлеуметтік қызығушылығы жоғары дәрежеде болса, қоршағандарға көмек көрсетуге, қорғауға қызығушылығы болса, онда ол оларға қарасты зұлым, агрессивті, эгоист бола алмайды.

Әр тұлға қайталанбас, қанша адам болса, сонша оның түрі болғандықтан, А.Адлер тип бөлудің екі критерийін қолданады:

1. Әлеуметтік қызығушылық дәрежесі, яғни тұлғаның пайдалы еңбекке қаншалықты қызығушылығы бар;

2. Тұлғаның белсенділік дәрежесі. Оны ол негізінен былайша түсінеді: адам қаншалықты әрекетті, энергиясы қаншалықты зор.

Адлердің ойынша, әр адамның бала кезден берілетін белгілі бір энергия дәрежесі бар, оның айырмашылығы баяулықтан бастап қызу белсенділікке – энергетикалыққа дейін созылады.

А.Адлер тұлғаның 4 типін ажыратады: алғашқы үшеуі әлсіз әлеуметтік қызығушылықпен немесе оның жоқтығымен сипатталады. Олар 3 құрылғыға бөлінеді – басқару, алу және қашқақтау. Ал төртінші тип жоғары әлеуметтік қызығушылыққа да, жоғары белсенділікке де ие. Бірақ ешқай тип тұлғаның көпқырлығын, адамның бүтіндігін, бәсекелестігіне және асып түсуіне ұмтылысын ұштастыра алмайды, бұл А.Адлер ілімінің қырбұрышты тасы болып табылады.

Басқарушы тип

Осы типке қатысты адамдар сыртқы әлемге деген белсенді позициясымен сипатталады. Сыртқы әлем одан аз шығынмен тез арада көп пайда табу мақсатында соларға арналғандай сезінеді. Бұл адамдар белсенді, әрекетті болып келеді. Бірақ олар өз белсенділігін негізінен антиәлеуметтік түрде байқатады, осы типтің ең дарынды, ақылды өкілдері белгілі бір жетістіктерге жетіп, мысалы, мафиялық құрылымдардың, қылмыстық бизнес (есірткі мен қару-жарақ саудасы; ойын бизнесі; жезөкшелік пен порнография) жетекшілері бола алады.

А.Адлер бойынша, жас құқық бұзушылар мен нашақорлар – осы тип адамдарының мысалы.

Алушы тип

Бұл әдетте аз белсенді адамдар, олардың ұстанымы: өмірден барлық оңайшылықпен, еңбексіз жолмен келетін, керек болып қалар деген заттардың бәрін ал. Әдетте олар заң шеңберінде әрекет етеді – біреудің және бір мезетте бір ұйымның мойнына отырып алып, паразиттік өмір сүреді, басқаларға тікелей көрінетін зиянын тигізбейді. Олардың әлеуметтік қызығушылығы, белсенділігі болмайды. Олар үшін сыртқы әлем – «саумалы сиыр».

Қашқақтайтын тип (избегающий тип)

Осы типтің басты ерекшелігі табысқа ұмтылыс емес, сәтсіздіктен қашу болып табылады. Олар үшін басты мотив – «бірдеңе болып қалмаса екен». Олар аз белсенділік пен әлеуметтік қызығушылықтың жоқтығымен сипатталады. Осы тип адамдары шешім қабылдау мен проблемаларды шешуден қашады, проблемалар жеке болсын, кәсіптік болсын. Олар өмір ағынымен жүреді, толқынмен де, ағынмен де күресуге талпынбайды. Олардың өмірі әдетте әлеуметтік пайдасыз әрекетпен және өмірлік проблемаларды шешуден қашумен сипатталады.

Тақырып №4. Карл Густав Юнг: тұлғаның аналитикалық теориясы

Жоспар:

1. Тұлғаның құрылымы.
2. Тұлғаның динамикасы.

Негізгі ұғымдар: тұлғаның құрылымы, тұлғаның динамикасы, зерттеу әдістері.

Карл Юнг (1875-1961) психоаналитикалық бағыттың көрнекті өкілі. Швеция психологы, психиатры. Психоанализдің аналитикалық психология деп атаған бағытының негізін қалаушы. Бұл пәндермен қатар Юнг философия, теология мәселесімен терең айналысты. Юнг өз кәсібі әрекетінің басынан бастап-ақ психикалықтың бейсаналы жемістері олардың субъект үшін мәні туралы сұрақтармен айналысты. Бейсаналы сфераға эндопсихологиялық функциялар арқылы жақындаймыз. Санадан тыс процестерді тікелей бақылау мүмкін емес, ұжымдық бейсаналы деңгейдің мазмұны архетиптер құрайды. Архетиптер Юнг бойынша саналы жанның негізі- эмоциялардың нұсқауларының жүйесі. Архетиптер негізгі мифологиялық мотивтер бар. Адам психологиясындағы ұжымдық бейсаналы сфераға, сондай-ақ тарихи қалдықтар мен естеліктер енеді. Адам өз психологиясының ең терең қабатында жеке индивид болып қалмайды. Олардың психологиялық жаны бүкіл адамзат психологиясымен бірігіеді. Барлық адамның психологиялық фундаменталды құрылымы бірдей. Алдымен ұжымдық одан кейін барып индивидуалды бейсаналы сфера, одан кейін сана сферасы қалыптасады. Архетиптер қандай- да бір образ болып көрінеді. Архетипке тән «персона» «анимус».

«Персона» (маска) – ол белгілі бір әлеуметтік рөл және қоғамда өзін көрсететін жолы. Юнг бойынша персона сондай-ақ конформдылық архетип болып табылады.

«Анимус» (рух)- индивидуалды бейсаналы бөлімнің құрамы. Индивид үшін жағымсыз, санадан тыс деңгейге ығыстырған адамның өзінің ер адаммен әйел адамның ретіндегі түсінігі. Әйел адамда маскулеттік мазмұнға ие. Юнг бойынша әрбір ер адамда өзінің терең бейсаналы сферада әйел ретіндегі, ал әйел адамда ер адам ретіндегі образ бар. Бұл образ бейсаналы болған, бұл реалды өмірде өзі таңдаған ер адамға проекцияланады.

1. Саналы бөлім.
2. Индивидуалды саналы бөлім.
3. Ұжымдық бейсаналы бөлім.

Фрейд шәкірттерінің бірі - К.Юнг ұстазымен келісімге келе алмай бөлек бағытпен кеткен болатын. Оның себебі: Фрейдтің пансексуализм идеясында. Екеуінің арасындағы күрес материалдық емес, идеалистік позицияларда жүргізілген. Юнг өз жүйесін “аналитикалық психология” деп атаған.

Юнг бойынша адам психикасына 3 деңгей кіреді: сана, жеке бейсаналық және ұжымдық бейсаналық. Адамның тұлға құрылымында анықтаушы роль

атқаратын ұжымдық бейсаналық бұрын бүкіл адамзат есте қалдырған іздерден түзіледі. Ұжымдық бейсаналық жалпы сипатта. Ол тұлғаға әсер етіп, туылғанынан бастап өзін өзі қалай ұстауын белгілейді. Ұжымдық бейсаналық та өз кезегінде түрлі деңгейлерден тұрады, ұлттық, нәсілдік және жалпы адамзаттық тағылыммен анықталады. Ең терең деңгей адамның жануар болған ата-тегінің тәжірибесінен қаланған. Сонымен, Юнгтың анықтамасы бойынша ұжымдық бейсаналық - біздің көне ата-тегіміздің ақыл-парасаты, олардың өмір мен әлемді, құдай мен адамды тану жолдары.

Ұжымдық бейсаналық жеке адамдарда архетиптер түрінде көрініс береді. Ондай архетиптер тек түстерде емес, шынайы шығармашылықтан да табылады. Архетиптер жеке адамдарға тән болғанымен оларда ұжымдық бейсаналық бейнеленеді. Архетип болып табылатын ойдағы елестетулердің жалпы формаларына эмоционалдылықтың елеулі элементі, тіпті перцептивті бейнелер де кіреді. Мысалы, ананың архетипі - өз анасына ұқсатылған сезімтал және бейнелі мазмұны бар ана идеясы. Бұл архетипті бала ата-тегінен дайын күйінде алып, оның негізінде өз анасының нақты бейнесін құрады.

Юнг бойынша ұжымдық бейсаналықтан басқа жеке бейсаналық та бар, бірақ ол санадан бөлектенбеген. Бұрын ақыл сарапынан өткен, түсінікті болғанымен кейін ұмытылған немесе естен шығарылған күйзелістер жеке бас ақыл-ессіздігін құрайды. Белгілі жағдайда олар түсінікті болуы мүмкін.

Жеке бейсаналық құрылымдық бірліктері – сезімдер, ойлар және естеліктер констелляциясы. Юнг бұларды кешендер деп атаған (мысалы, үлкен билікті иемденуге ұмтылу -билік кешені болады).

Юнг мұнымен қоса “Мен” ұғымын енгізген. Ол адамның біртұтастыққа және ауыз бірлікке ұмтылуын білдіреді. Оның арқасында саналы мен бейсаналықтың арасында тепе-теңдік орнайды. “Мен” әртүрлі болып көрініс беруі мүмкін. Ол көрініске тәуелді адамдарды белгілі типтерге ажыратуға болады.

Тұлға типтерін жіктеу негізіне Юнг адамның өзіне және объектіге бағытталуын қояды. Осыған орай барлық адамдар экстраверттер және интроверттер болып бөлінеді. Бұлардан басқа қосымша типтер: интуитивті, ойшыл, эмоционалды. Тұлға типін анықтайтын түрлі арақатынастағы функциялардың көбісі туа біткен. Сондықтан Юнг бойынша тұлға типтері дегеніміз бұл қоғам өмірінің жағдайларымен байланысы жоқ туа біткен типтер.

Өз заманында Фрейдпен келіспей бөлек жолмен кеткен шәкіртінің бірі – А.Адлер, жеке бас психологиясының негізін қалаушы. Ол Фрейдтің биологиялық теориясына қарсы шыққан. Адлер адамның бойындағы табиғи инстинкттерді емес, қоғамдық сезімді бағалап, оны “қоғамдық сезім” деп атайды. Ол сезім туа біткенімен оны әлеуметтік дамыту керек. Фрейдтің адамды туғанынан агрессивті, оның дамуы биологиялық қажеттіліктермен детерминденеді дегенімен Адлер тіпті келіспейді.

Сонымен қатар, Адлер Фрейд айтып кеткен тұлғаны 3 инстанцияға бөлу идеясына да қарсы шығады. Адлердің түсінігі бойынша тұлға құрылымы

біртұтас, ал тұлға дамуындағы детерминантылығы – адамның басымдылыққа ұмтылуы. Алайда адамның бәрі оған ұмтылмайды. Дене мүшелері дамуында ақаулар болуы себебінен немесе кейде кішкентай кезінде қолайсыз әлеуметтік жағдайда сәтсіздігіне адам өзінің кемтарлығын сезіне бастайды. Осы тәріздес сезімдерді жою мақсатымен сан алуан компенсация түрлеріне жүгінеді.

Тұлғаның құрылымы. Тұлға немесе жан өзара байланысқан дифференциалданған жүйелерден тұрады, маңыздылары: эго, жеке бастық бейсаналықтар мен оның комплекстері, коллективті бейсаналық оның архетиптері, персоналар, анима мен анимус, көлеңке. Олардан басқа ішкі ыңғайланулар болады: интроверсия мен экстровеерсия және олардың функциялары: ойлау, сезімдер, түйсіну мен интуиция, тұлғаның барлық орталығы өзіндік болып табылады.

Эго бұл саналы ақыл, саналы перцепциялардан, еске түсірулерден, ойлардан, сезімдерден тұрады. Эго идентификациялану сезімі мен үздіксіздік сезіміне жауап береді, индивидуалды адамның көзқарасы сананың орталығы болып саналады. Жеке бастық бейсаналық. Бұл эгоға жанасқан аймақ, санада болған бірақ ығыстырылған, жаншылған, ұмытылған, мойындалмаған бастан кешкендер, егерде көріне бастаса сана деңгейінде әсер беру үшін өте әлсіз болады. Жеке бастық бейсаналықтың мазмұны Фрейд айтқан сана алды күйіне ұқсайды, сана оған жете алады, жеке бастық бейсаналық пен эгоның арасында күшті «екі жақты қозғалыс» жүреді.

Комплекстер. Комплекстер ол ұйымдасқан топ немесе жеке бастық бейсаналықта болатын сезімдердің, ойлардың, перцепцияның, еске түсірулердің констелляциясы, оның ядросы болады, магнит сияқты барлық әртүрлі констенцияланған бастан кешкендерді өзіне тартады.

Мысалы аналық комплекс болады, ядросы анасымен байланысты нәсілдік бастан кешіру негізінде пайда болады, атап айтқанда балалық бастан кешкендер. Анасына қатысты ойлар, сезімдер, еске түсірулер ядроға тартылып комплекстер құрайды. Ядро және көптеген ассоциацияланған элементтер кез келген уақытта олар бейсаналы болады, алайда кез келген ассоциация жекелеп саналы ассоциация бола алады.

Коллективті бейсаналық. Коллективті бейсаналық немесе трансперсоналды бейсаналық күшті әсері мықты психикалық жүйе, патологиялық жағдайларда эго мен жеке бастық бейсаналықты қорғайды. Коллективті бейсаналық ата-бабадан берілген жасырын еске түсірулердің қоймасы, тұқым қуалаумен берілген өткен нәрселер тек нәсілдік тарих ғана емес, әрі адамға дейінгі және жануарлардың тәжірибелері.

Коллективті бейсаналық көптеген өткен ұрпақтардың бастан кешкендерінің негізінде пайда болатын адамның эволюциялық дамуын тұқым қуалаудан алғандары. Ол индивид өміріндегі жеке бастық жағдайынан толық ажыратылған сондықтанда универсал болып табылады, Юнгтің ойынша коллективті бейсаналықтың универсал болатыны адамдардың барлығының ми құрылысының бірдей болуын айтады.

Нәсілдік еске түсірулер немесе репрезентациялар тұқыммен берілмейді, біз тек алдыңғы өткен ұрпақтардың тәжірибелерін қайталау мүмкіндігін ғана аламыз. Ол біздің бейімдіктеріміз, әлемге белгілі бір жағдаймен бірдей реакция жасаймыз. Коллективті бейсаналық тұлғалық құрылымның туа берілген нәсілдік негіздемесі, онда эго, жеке бастық бейсаналық және басқада индивидуалды игергендер өседі.

Адам өзім тәжірибем деп санағандардың бәрі коллективті бейсаналық болып табылады, олар мінез-құлыққа әсер етеді. Туа берілген виртуалды бейнелер объективті әлеммен идентификацияланған перцепциялар мен идеяларға айналады. Бейсаналықтың екі аймағы жеке бастық және коллективті адам үшін мәні зор болады. Симптомдар, фобиялар, иллюзиялар және басқада иррационалды құбылыстар алыстатылған бейсаналық процестерден туындайды.

Архетиптер. Коллективті бейсаналықтың құрылымдық компоненттері әртүрлі аталады: архетиптер, доминанттар, алғашқы бейнелер, имаго, мифтік бейнелер, мінез-құлық паттерндері. Архетип мәнді эмоциялық элементі бар универсал ойлау формасы (идеялар).

Осы ойлау формалары әдеттегі сергек өмірдегі саналы ситуациялардың кейбір аспектілеріне сәйкес бейнелер мен көрулерді жасайды. Мысалы ана архетипі ана бейнесімен жасалып, кейін реалды анамен идентификацияланады.

Қысқаша айтсақ бала генетикалық ананың алдыңғы қалыптасқан концепциясын тұқым қуалаудан алады. Архетиптер коллективті бейсаналықта міндетті түрде бір-бірінен бөлінбейді, олар өзара бір біріне өтеді, араласады.

Мысалы батыр архетипі ришалық туғызған «король философ» бейнесін тудырады. Архетиптер комплектердің ядросы бола алады, бастан өткендерге тартылады. Архетип санаға ассоциацияланған бастан өткендер арқылы өте алады. Мифтар, түс көрулер, көрулер, ритуалдар, діни түсініктер, невротикалық және психикалық симптомдар, өнер туындылары көптеген архетиптік материалдарды береді.

Коллективті бейсаналықта көптеген архетиптер болады, олардың көпшілігі туу архетиптеріне, қайта өрлеу, қайтыс болу, билік, сиқырлық, тұтастық, батырлық, бала архетиптеріне идентификацияланған. Архетиптердің тұлға ішіндегі жүйелеріне персона, анима, анимус, көлеңке жатады. Персона. Персона ол маска, адам әлеуметтік шарттардың, дәстүрлердің талаптарына жауап үшін, ішкі архетипті қажеттіліктеріне жауап үшін киеді.

Ол адамға қоғам беретін рөл, қоғамдық күтулерге сәйкес адам оны өмір бойы орындайды. Масканың мақсаты басқаларға белгілі бір әсер қалдыру ол жиі үнемі болмасада адамның шынайы табиғатын жасырады. Персона ол көпшілік тұлғасы, әлеуметтік шарттан тыс тұрған өзінің меншікті тұлғасына қарсы қоғамдық пікір мен өзіне жапсырып қойған жақтары.

Индивид өзінің шынайы меншікті сезімдерін емес ойнайтын рөл сезімдерін ұғынады, сол персонамен идентификацияланады. Ол жеке

автономды адам болудың орнына қоғамның бейнесі бола бастайды. Персона дамитын ядро ол архетип, ол да басқа архетиптер сияқты нәсілдік тәжірибеден шығады, тәжірибелер әлеуметтік өзара әрекеттен әлеуметтік рөлдерді қабылдау адамдар үшін пайдасын беретін әлеуметтік жануарлар ретінде қызмет етеді. (Кейбір аспектілерде персона Фрейдтің суперэгосын еске түсіреді).

Анима және анимус. Көп жағдайда адам табиғаты бойынша бисексуалды жануар деп мойындалады. Физиологиялық деңгейде ер адамдар гармондары мен әйелдер гармондары деп бөлінеді. Психологиялық деңгейде екі жыныста да маскулинді әрі феминді сипаттамалар табылады. Ер адамдағы феминдік жақпен әйелдердегі маскулиндік жақтарды Юнг архетиптерге жазады.

Ер адамдағы феминді архетип анима деп аталады, әйелдердегі маскулиндік архетип анимус деп аталады. Бұл архетиптер хромосомалармен, жыныстық бездермен шарттана алады, олар әйелдермен байланысты ер адамдық нәсілдік бастан кешірулердің өнімі болып табылады және керісінше әйелдерде болады.

Басқаша айтсақ ер адам әйелмен өмір бойы тұрып феминді ал әйелдер маскулинді бола бастайды. Бұл архетиптер әрбір жыныста тек қарама-қарсы қырларды ғана емес олар әрі коллективті бейнелер болып табылады, соның арқасында әрбір жыныстағылар басқаларды түсінеді.

Ер адам әйел табиғатын өзінің анимасы арқылы, ал әйелдер ер адамды өзінің анимусы арқылы сезінеді. Алайда анима мен анимустар бір бірін түсінбеуге де әкеледі. Коллективті бейсаналық талаптары мен сыртқы әлемнің реалдылығы арасында компромис болуы керек, әйтпесе адам жеткілікті түрде адаптация жасай алмайды.

Көлеңке. Көлеңке архетиптері эволюция барысында адамдардың өмір сүрудің төменгі формалардан тұқым қуалаумен алған жануар инстинктері. Адам табиғатын, жануарлық жағын жандандырады. Көлеңке архетиптері санадағы мінез-құлық пен мінез-құлықтағы жағымсыз әлеуметтік қолданбаған ойлар, сезімдер, әрекеттер үшін жауапты болады.

Өзіндік (самость). Бұл архетип әртүрлі символдарда көрінеді, оның ең маңыздысы мандала немесе сиқыр шеңбер. Өзіндік ол тұлғаның орталығы оның төңірігіне басқа жүйелер топтанады, сол жүйелерді бірге ұстап тұлғаның бірлігін, теңдігін, тұрақтылығын қамтамасыз етеді. Өзіндік ол өмір мақсаты адамдар оған үнемі ұмтылады, алайда оған бәрі жете бермейді.

Ішкі бағдарланулар. Юнг екі ішкі бағдарлану немесе тұлға бағдарлануын ұсынады олар экстраверсия және интроверсия ішкі бағдарланулары. Экстравертті ішкі бағдарланулар адамды сыртқы, объективті әлемге бағдарлайды, интровертті ішкі бағдарлану ішкі, субъективті әлемге бағдарлайды. Тұлғада бір біріне қайшылықты екі ішкі бағдарлануда болады, олардың бірі үстемдік етеді, саналы болып табылады. Эго әлемге қатысты экстравертті болса, онда тұлғалық бейсаналық интровертті болады.

Функциялар. Төрт фундаменталды психологиялық функция бар: ойлау, сезімдер, түйсіну мен интуиция. Ойлау идеялы және интеллектуалды болады.

Сезімдер бағалаушы функция, субъект үшін позитив не негатив болатын заттардың құндылығын анықтайды. Сезім адамға функция ретінде қанағаттану, ауру, ашу, қорқыныш, қуаныш, қайғы береді.

Түйсіну, перцептивті және реалды функция. Ол нақты мәліметтер береді. Интуиция бейсаналы процестер мен мазмұндар негізінде болатын қабылдау. Ойлау мен сезімдер рационалды функциялар, түйсіну мен интуиция иррационалды функциялар. Төрт функцияның біреуі үстемдік жасайды оны жоғарғы функция деп атайды. Ең дифференциалданған функция төменгі функция деп аталады ол бейсаналыққа ығыстырылады.

Тұлғаның динамикасы. Психикалық энергия. Биологиялық жүйелер ретіндегі организм энергиясы. Психикалық энергия барлық виталды энергиялар сияқты метаболиттік дене процестерінен туындайды. Юнг өмірлік энергия либидоны психикалық энергияның эквиваленті ретінде қолданды. Психикалық энергия гипотетикалық конструкт, нақты субстанция немесе феномен емес, ендеше оны өлшеуге немесе көруге болмайды.

Психикалық энергия потенциалды немесе актуалды күштер ретінде өз көрінісін табады. Тілектер, ерік, сезім, зейін ұмтылулар тұлғаның актуалды күштері, бейімділік, бейім болу, тенденция, ішкі бағдарлар тұлғаның потенциалды күштері болып табылады.

Психикалық құндылықтар. Тұлға элементіне кірген психикалық энергияның мөлшері құндылықтар болып табылады. Құндылықтар зорланудың өлшемдері.

Комплекстердің күші. Бақылау мен тестер саналы құндылықтарды анықтайды, ал бейсаналық құндылықтарды анықтай алмайды. Юнг комплекстердің күшін анықтаудың үш әдісін көрсетті: бақылау және аналитикалық дедукция; комплекстердің индикаторларын табу; эмоциялық көрінудің интенсивтілігін өлшеу.

Комплекстер ылғи сырттай көріне бермейді, ол түс көргенде, түсініксіз құбылыстарда да көрінеді. Комплекстердің индикаторы ол мінез-құлықтың кез келген бұзылуы, мысалы жаңылысу «әйелім» деудің орнына «шешем» деп айтады. Ситуацияға эмоциялық реакцияның интенсивтілігі комплекстердің күштерінің басқа көрсеткіштері.

Эквиваленттілік принципі. Юнг психодинамиканы скі принциппен түсіндірді эквиваленттілік және энтропия принциптері. Эквиваленттілік принципі физикадағы термодинамиканың I-заңына сәйкес келеді. Қандайда бір құндылық жоғалып кетсе немесе әлсіресе психикалық энергия жоғалмайды ол жаңа құндылықтарда қайтадан жанданады. Энергия үздіксіз тұлғаның бір жүйесінен басқасына өтеді ол тұлғаның динамикасын құрайды.

Энтропия принципі. Термодинамиканың II заңы сияқты энтропия принципі бойынша психикадан энергияның бөлінуі бір балансқа, тепе-теңдікке ұмтылады. Соның идеалды көрінісі ол өзіндік күй.

Энергиялардың қолданылуы. Тұлғаның энергиялары екі мақсатқа қолданылады: бір бөлігі өмірді жалғастыру үшін қолданылады оған туа берілген инстинкті функциялар жатады (тамақтану немесе жыныстық). Артып

қалған энергиялар мәдени немесе рухани іс-әрекетте қолданылады. Тұлғаның дамуы. Каузалдылық және телеология. Тұлға янус сияқты бір жағы өткенге бір жағы болашаққа қарайды, сол арқылы тұлғаны толық тани аламыз. Каузалдылық пен телеология Юнгтің ойынша ойлаудың таңдамалы тәсілдері ғана, ғалымдар оларды табиғи феномендерді реттеу үшін қолданады. Каузалдылық пен телеология табиғатта табылмайды. Адамдарда жағдайдан еш шыға алмайтын сезімдер берсе ал кейбір адамдар өз өткен кезеңдерінің тұтқындары болады, жасалғанды өзгертуге болмайды, финалды ішкі бағдарлар адамдарға үміт береді, сол үшін өмір сүру керек деген ойға әкеледі.

Синхрония. Юнг каузалдылықпен, телеологиямен байланысы жоқ синхрония принципі туралы айтты. Бір адам туралы ойласаң, айта бастасаң сол адам жетіп келеді («кімді айтсаң сол келеді»). Юнг оны телепатиямен паранормалды феномендерге сүйенеді. Юнг әлемде себептілік принципі бар дейді. Синхрония феномендеріне архетиптер табиғаты жазылады. Сипаты бойынша психодты яғни әрі психологиялық әрі физикалық болады. Тұқымқуалаушылық. Тұқымқуалаушылық биологиялық инстинктерге жауап береді, өзін сақтау мен өндіруге жауапты. Инстинктер адамның жануар жақтарын құрайды. Ата-бабаның бастан кешкендерін қайталау туа берілетін архетиптер болып табылады.

Даму сатылары. Фрейдтен айырмашылығы сол Юнг даму сатыларын туғанына бастап есейгенге дейінгі кезеңдерді жазбайды. Ерте жаста либидо белсенділік тірі қалу үшін соған инвестицияланады. Бес жасқа дейін сексуалды құндылықтар көрініп жеткіншек жасында өз шыңына жетеді. Жасөспірім мен жас кезде негізгі өмірлік инстинктер мен виталды процестер үстемдік етеді.

Жас адам энергиялы, импульсивті, ынтыққыш әлі де болса басқалардан тәуелді болады. Отыз жасқа таман қырық жасқа таяу кезде құндылықтар жүйесі ауысады. Жасөспірімдік қызығулар мен ұмтылулар көбірек мәдени бола бастайды, биологиялық жағы азаяды. Орта жастағы адам интровертті бола бастайды, импульсивтілігі азаяды. Даналық пен өткірлік физикалықтың орнына ақыл-ой энергиясына әкеледі. Тұлғаның құндылықтары әлеуметтік, діни, азаматтық, философиялық символдарға сублимацияланады, адам рухани болады.

Прогрессия және регрессия. Даму не прогрессивті не регрессивті болады. Регрессияда тұлғаның саналы эгосы сыртқы ортаның талаптарына қанағаттандырумен және бейсаналықтың қажеттіліктерімен келіседі, Эгоның объективті құндылықтары субъективтілікке трансформацияланады. Регрессия прогрессияның антитезі.

Индивидуация процесі. Адам тұрақты бірлікте даму тенденциясына ие деп көрсетті Юнг. Дамудың негізгі мақсаты өзіндік таратылу. Кедергілер көп болса тұлғаның жүйкесі жұқара береді. Тұлға дені сау және интеграциялануы үшін әрбір даму жүйесі дифференциалдану мүмкіндігіне ие, соған жету процесі индивидуация процесі деп аталады.

Трансцендентті функция. Индивидуация процесінің арқасында ішкі түрлену жүзеге асады, дифференциалданған жүйелер трансцендентті функциялар арқылы интеграцияланады. Трансцендентті функцияның мақсаты адамның мәнін ашу, тұлғаны оның «барлық аспектісінде» тарату.

Тұлғаның басқа күштері әсіресе ығыстырулар трансцендентті функцияларға қарсыласады, бейсаналық сферада қозғалыс жасайды. Бейсаналық қозғалыстар түс көруден, мифтерден тағы басқалардан көреміз, солардың бірі мандала символы. Мандала санскриттен алынған сөз шеңбер дегенді білдіреді. Мандала батыс дінінен де шығыс дінінен табылған.

Сублимация және ығыстыру. Психикалық энергиялар ауыса алады. Бір процестің жүйесінен басқасына өте алады. Ауысу эквивалент және энтропия сияқты базалық динамикалық принциптердің арқасында болады. Осы ауысу процесін индивидуация мен трансцендентті функциялар атқарады, оны сублимация деп атайды. Сублимация жабайы, дифференциалданбаған, инстинкті процестердің энергиясын жоғарғы мәдени, рухани дифференциалданған процестер энергиясына ауыстырады.

Энергиялардың таралуы инстинкті немесе сублимациялы каналдармен жабылса онда олар ығыстырылады. Ығыстырылған энергия сақталу принципі бойынша мүлдем жоқ болып кетпейді ол әрірек ығыстырылады. Яғни бейсаналықта орын табады, қосымша энергия алған бейсаналық саналы эгоға қарағанда үлкен зарядқа ие болады. Бұл энергия энтропия принципіне сәйкес эгоға қарсы шығып рационалды процестерді бұзады.

Жоғары энергияланған бейсаналық процестер ығыстыру арқылы шығуға тырысады, егерде ол шықса адам өзін иррационалды және импульсивті жағдайға әкеледі. Сублимация мен ығыстыру сипаттары бойынша бір біріне қарама-қарсы болады. Сублимация прогрессивті, ығыстыру регрессивті болады. Сублимация психиканы алдыға жылжытады, ығыстыру артқа жылжытады. Сублимация рационалды, ығыстыру иррационалды, сублимация интегративті, ығыстыру дезинтегративті болады.

Символизация. Символдарға юнгтік психология екі функция береді: бір жағынан фрустрацияланған инстинкті импульстардың талпынысын береді, басқа жағынан архетипті материалдарды жандандырады. Символдардың рөлдерінің бірі импульстерге қарсыласу. Символдар психиканың репрезентациясы. Символдардың екі аспектісі бірі ретроспективті инстинктерді жетекшілікке алады, басқасы просективті, адамның соңғы мақсатымен байланысты екеуі де бір ғана тізбектің екі звеносы болып табылады.

Зерттеу әдістері. Комплекстерді эксперименттік зерттеу. Юнг сөздік ассоциациялар әдісі мен эмоцияларды физиологиялық өлшеуді үйлестіруге ұмтылды. Бұл әдістер пациенттердің комплекстерін табуға арналды. Стимулды сөзге жауап берудің созылуы тыныс алу мен тері кедергісінің өзгерістері бойынша сөз комплекстерді қозғады деп санады.

Оқиғалар. Юнг салыстырмалы әдісті пайдалана отырып тарих, мифология, дін оқиғаларын салыстырып олардан фантазиялар мен түс көрудің архетиптерін іздеді («Психология және алхимия т.б.).

Мифологияларды, дінді салыстырып зерттеу. Юнг мифологияға, дінге, алхимияға, астрологияға көп көңіл бөлді. «Психология және алхимия» деген еңбегінде Юнг пациенттің көптеген көрген түстерінің үлкен сериясын алды. Түстерді интерпретациялап, Юнг символдардың арасында параллельдер болады, орта ғасырдағы алхимиктердің қозғаушы күштері сол пациенттің қозғаушы күштерімен бірдей болады деп қорытындылайды.

Түс көру. Фрейд сияқты Юнгта түс көруге көп көңіл бөлді. Оларды проспективті және ретроспективті мазмұндары бойынша көрді, «үлкен түстер» дегенді бөліп көрсетті, онда көптеген архетипті бейнелер болады деп санады.

Амплификация әдісі. Түс көрудің белгілі бір аспектілерін зерттеу үшін Юнг бұл әдісті жасады, еркін ассоциациялар әдісіне мүлдем ұқсамайды, түс көруші адам элементтерге көптеген ассоциациялар береді. Юнг сонымен қатар түс көрулер сериясын талдау әдісі мен белсенді қиял әдісін де қолданды.

Аналитикалық психологияны талдау. Юнгианды психологияны жақтаушылар өте көп, әсіресе практикада жүрген психоаналитиктер, олар оның психотерапевтік әдістерін көп қолданады. Юнг Фрейд пен оның мектебінің психоаналитиктерінен көптеген қарсыласуды көрді. Олардың ойынша архетиптер тәжірибе терминдерінде суреттелді, ал оны туа берілетін тұқымқуалаушылықпен байланыстыру абсурд деп санады.

Аналитикалық психология психологтар жағынан фрейд мектебі сияқты көп сынға ұшыраған жоқ. Психология аналитикалық теорияны неге көзге ілмеді, оны көптеген әлем психологтары оларға құрмет көрсетседе, ең басты бір оның себебі, аналитикалық психология клиникалық, тарихи, мифологиялық, алхимиялық, діни, медитация, мистицизм, окультизм материалдарында негізделеді, эксперимент арқылы бекімеді. Осыған қарамастан Юнгтің аналитикалық теориясы қазіргі заман ойшылдарының бір ең тамаша жетістіктері болып табылады. Фрейдтен кейін «жан» туралы ашық батыл айтқан Юнг болды.

Сондай-ақ швейцар ғалымы, З.Фрейдтің бұрынғы шәкірті Карл Густав Юнгтің теориясы да өте атақты, өзі кейін меншікті адам психикасы жалы идеялар жүйесін жасады. Адам үшін барлық қоршағандар оның тәжірибесінде беріледі. Сондықтанда К.Юнгтің ойынша ең адал идеялар субъективті болып табылады.

Юнг фрейдизмнен кетті, бейсаналық биологиялыққа апарылмайды деп санады. Оның пікірінше, бейсаналық алдыңғы ұрпақтың психикалық тәжірибесінде беріледі, мінез-құлық типтер, эмоциялық реакциялар, спонтанды фантазия бейнелері, түс көрулердің қосындылары деп анықталды.

Юнгтің екінші бір басты идеясы ол бүтіндік идеясы. Ол интуиция бүтіндігі болды, Жан автономды фактор, онда бейсаналық санамен қатар амалсыз өмір сүреді деп санады. Жан өзінің заңдылықтарына ие, психикалық

бүтіндік ол бейсаналық пен сана. Бейсаналық табиғи, автоматты мақсатқа сәйкес процесс, ол жанның бүтіндігі үшін қолданылады.

Бейсаналық ол энергия символдарда көрінеді. Бейсаналық реттелмеген құбылыс, санамен бағытталады, одан тыс өмір сүреді, оның тілегі бейсаналықтың мазмұнын қалай бар солай көру. Бейсаналықтың реттелген әрекеті архетиптердің болуымен анықталады, олар өткен бейнелер, мәдениетіне, даму деңгейіне қарамастан барлық адамға тән болады.

Осы мифологиялық сюжеттердің, мотивтердің қайталануы Юнгты коллективті бейсаналықта болатын кейбір бейсаналық өткен бейнелер болады деген ойға итермеледі. Архетиптер өмірге мифологиялық мотивтер түрінде болатын түсініктер комплексін шақырады. Архетиптер бейсаналықта болатын белгілі бір принциптердің бір жағдайларда белсендірілгендердің жинағы ретінде өмір сүреді және санаға энергетикалық ағындар ретінде шығуға ұмтылады.

Юнгтің түсінуі бойынша архетиптер өзбеттілі болудың белгілі бір дәрежесі, ал сана творчестволық еркіндік ретінде болады. Архетип символикалық формаларды қабылдай алады, стереотипті реакциялар мен әрекет қабілетінде көріне алады. Юнг бойынша тұлғаның қалыптасуы индивидуация болып табылады, яғни коллективті негізден өзінің меншікті психикаңды бөліп алу.

Адамның рухани тууы, психикалық өзбеттіліктің пайда болуы, адамның дамуға қабілетті болуы осының бәрі индивидуацияның мәнін береді. Өкінішке орай жаңа адамның санасының дамыған, Юнгтің ойынша, индивидуация, даму үшін қолданылмайды. Индивидуация санада өтеді, оның нәтижесі сана деңгейінің өскені болып табылады.

Сананың жоғарғы жағына жарып шыққан мазмұнды ұғыну, оларды саналы жасау санаға күш беретін негіз ретінде қарауға болады. Бейсаналықтың болатынын мойындамау, бейсаналықтан келетін энергияны қабылдамау сананың диссоциациясын шақырады. Бұл коллективті бейсаналық стихиясында еріп кету болып табылады.

Психикалық ауру ол бейсаналықтың автономды мазмұнын реалды объект ретінде қабылдау болып табылады. «Тұлға» туралы айтқанда онда «индивидуалдылық» дегенді түсінеміз, алайда бұл контекстте Юнг әлеуметтік масканы ұйғарады, яғни әлеуметтік әрекетте табылатындарды айтып отыр, ал оның артында коллективті бейсаналық тығылып тұр дейді.

Бұл индивидуалдылық емес, индивидуацияның нәтижесі емес. К.Г.Юнг, тұлғаның дамуы жайлы айта отырып, бүтіндіктің пайда болуы мен тәрбиелеу шарттарын, адам индивидуалдылығы жайлы қарастырды. «Тұлға» өмір барысында біртіндеп дамитын ол бір туылған тұқым емес. Анықталусыз, бүтіндіксіз тұлғаның жетілуі көрінбейді. Осы үш қасиет балаға тән емес, себебі солар арқылы ол балалықтан айырылмауы керек.

Ешкімде тұлғаны тәрбиелей алмайды, егер ол өзі тұлға болмаса... Тұлға біздің өмір сүруіміздің бүтіндігін толық тарату, ол қол жетпейтін идеал.

Алайда қол жетпеушілік идеалға қарсы болатын себеп емес, сондықтанда идеалдар бір басқа нәрсе, жолды көрсетуші, бірақ мақсат емес...».

Юнг бойынша тұлға қандай да бір дамуға ұмтылудан емес, қажеттіліктен байланысты дамиды: «тұлғалық даму акциясы ол бөтенге көзқарас, атағы шықпаған мекеме, тура жолдан ауытқу... ешкімге ұқсамайтындай болуға тырысу. Өкінішке орай тұлға адамзаттағы атақты геройлар, оларға құрмет, махаббат, таң қалуға шақырады. Нағыз тұлға өзінің қолданылуына ие болады... Тұлғаның масштабы аз болған сайын, ол соғұрлым үлкен дәрежеде анықталмайтын және бейсаналы болады.

Қырық жастағы Карл Густав Юнг толысқан ойшыл, тәжірибелі дәрігер-психотерапевт болды. Адамдар арасындағы қарым-қатынас туралы сұрақтарға жауапты ол әртүрлі проблемаларды бар пациенттерді бақылаудағы арасан зор тәжірибесінен, өзінің достары мен таныстардың бақылаудан, өзін-өзі бақылаудан іздеді. Бұлардың нәтижесінде «Психологиялық типтер» атты кітапті дүниеге келтірді. Ол кітап 1921 жылы Цюрихте шықты. Бұл кітап талассыз адам туралы ғылымда жаңа бағытты көрсетті. Бірақ өкінішке орай бұл бағытты бірде-бір психолог ұстанбады. Бұл бағытпен Юнгтың өзі де жүрмеді. Ол маңызды, бірақта анық көрсетілмеген болжамдарға тоқталды. Өте қысқартып алынғанда Юнгтың идеясы төмендегідей. Өзінің практикасынан ол адамдар екі қарама-қарсы болатын топтардан тұрады деп ажыратқан. Бұл айырмашылықтарды интроверсия пен экстраверсия деп атады.

Интроверт – саны шектелген объектілерді қарастыруға қабілетті, үнемі оңашаланып жүретін сыртқы объектілерден аумақ болатын адам.

Экстраверт керісінше көп объектілерді қамтиды, әртүрлі жағдайларға жеңіл ыңғайланатын қоршаған адамдармен ештеңеден қорықпай тез тіл табысатын адам.

Бұл қасиеттерден басқа ғалым қарама-қарсы ой мен сезім деп көрсетті. Кез-келген

Адам интроверт немесе экстраверт, ойланғыш немесе сезімге сүйенгіш, интуитивті немесе нақты білгіш деп болжады.

Ғалым барлық адамдарды үш рет екі топқа бөліп функциялардың үш жұбы бойынша сегіз психологиялық типті сипаттаған.

Экстраверт-----Интроверт

Сенсорик-----Интуит

Логиктер-----Этиктер

Шизотим-----Циклотим

Атақты ағылшын ғалымы Томас Юнгтің серпімділік модулі кез-келген инженерге техниканы меңгерген студенттерге, белгілі материалдың мықтылығын сынауда, құрылыс механикасында бұл параметрсіз ештеңе

ештене істеленбейді. Бірақта К.Г.Юнг Томас Юнгтан 100 жыл кейін тұған. Ол аналитикалық психологияда өзінің атындағы тұрақтылық шамасын ойлап тапқан. Салыстырмалы түрде оны адам материалының шыдамдылығын өлшеуде, қоғамның құрылыс материалында, топ-топқа бірігу процесінде қолданылады деуге болады. Осы екінші Юнгтің модулі университеттерде жүйелі зерттелмеді, жарты ғасыр бойы оны ешкім түсінбеді, ұмытылып бара жатты. Ал бұл модульдің шын мәнінде бірінші Юнгтың модуліне қарағанда маңызы зор, себебі механикалық көпірді кез-келген адам сала алмайды және адамдар арасындағы қарым-қатынас көпірін кез-келген адам сала алмайды. Техникалық қателіктер салдарынан тұрғын үйлер, күрделі құрылыстар құлайды. Ол қателіктер үшін кінәлілер жазаланады. Ал адамдар арасындағы тұлғааралық қателіктер білінбейді, жазаланбайды, себебі біз психологиялық аварияларға аз көңіл бөлеміз.

Тақырып №5. Эго-психологиясы және оның тұлғаның психологиялық теорияларымен байланысы: Э.Эриксон

Жоспар:

1.Эрик Эриксон: эго — тұлғаның психологиялық теориясы

Негізгі ұғымдар: психоанализ, Э.Эриксон, эго, супер-эго.

1. Э.Эриксон теориясы психоанализ практикасынан туындады. Э.Эриксон тұлға құрылымын З.Фрейд сияқты «Ид, Эго, Супер-Эго» инстанцияларын бөліп қарастырады. Бұл концепцияның аса маңызды ұғымдары – топтық біртектілік және «Эго» – біртектілік. Топтық біртектілік бала өмірінің алғашқы күнінен-ақ бастап тәрбие берілген әлеуметтік топқа жатқызылуы, сол топқа тән түйсінулерді жаттықтыруға негізделініп бағытталған. «Эго» біртектілік топтық біртектілікпен параллельді түрде қалыптасады. Және адамда өсу мен даму процесінде өтетін өзгерістерге қарамастан өзінің «Меннің» үзілместігін және табандылыққа, беріктілік сезімі субъектіде пайда болады. Эго – біртектіліктің қалыптасуы адамның бүкіл өмір бойы жүреді және бірнеше кезендерден өтеді.

Э.Эриксон бойынша тұлғаның өмірлік жолының деңгейлері

Өмірлік жолдың деңгейлері Әлеуметтік қатынастар аймағы Тұлғаның полярлық сапалары

Прогрессивтік даму нәтижесі

1. Нәрсетелік (0-1 жас) Ана немесе оның орнын алатын адам Сенімділік-сенімсіздік Энергия және өмірлік қуаныш

2. Ерте жас (1-3 жас) Ата-аналар Автономия-қобалжу, ұялу Тәуелсіздік

3. Ойнау жасы (3-6 жас) Ата-аналар, ағалары мен апалары Инициативтілік-кінә сезімі Мақсаттылық

4. Мектеп жасы (6-12 жас) Мектеп, көршілер Қолжеткізу-толыққансыздық Білім мен іскерлікті меңгеру

5. Жасөспірімдік жас (12-20 жас) Құрбы-құрдастар топтары Біртектілік-біртектілік диффузиясы Өзін-өзі анықтау, жанқиярлық пен берілгендік

6. Жастық шақ (20-25 жас) Достары, жақсы көретін адамдары Интимділік-изоляциясы Қызметтестік, махаббат

7. Ересектік (25-65 жас) Кәсіп, туған үйі Шығармашылық-тоқырау Шығармашылық пен қамқорлық

8. Кәрілік (65 жастан кейін) Адамзат, жақын адамдары Интеграция-өмірге көңіл қалу Данышпандылық

Өмірлік циклдің әрбір кезеңі үшін қоғаммен берілетін негізгі специкалық мәселе тән. Бұл мәселенің шешу индивидтің қол жеткізген психомоторлық даму деңгейінде, сондай-ақ бұл индивид өмір сүретін қоғамның жалпы қоғамның рухани атмосферасына да байланысты. Әрбір мәселені шешу екі шекті полюстердің арасындағы динамикалық қатынастарды бектуге негізделеді. Тұлға дамуын – дамудың келесі кезеңдеріне өту кезінде өз мәнін жоғалтпайтын бұл екі мүмкіндіктердің күрес мәселесі. Мысалы, егер де бірінші деңгейде бала да қоршаған әлемге деген сенімсіздігі қалыптасса, онда мектеп жасында мұғалімдердің әсерімен ол бала сенім жағына қарай таңдау жасай алады. Деңгейдің әр біреуінің емес қол жеткізген тепе-теңдігі өзін Эго – біртектіліктің жаңа формасын ашумен белгілейді және аса кеңірек әлеуметтік айналаға субъектісінің қосылуына мүмкіндік ашады. Эго – біртектіліктің бір формасына өту біртектіліктің дағдарысын тудырады. Оны Э. Эриксон «Бұрылу пунктары», «прогресс пен регресс, интеграция мен тоқтапқалулардың арасындағы таңдау мезеті деп атаған».

Дамудың бірінші дегейінде (оральды-сенсорлық) Эго біртектілік бірінші формасымен қалыптасуы басқалар сияқты даму дағдарысынан өтеді. Өмірдің бірінші жылының соңына қарай оның көрсеткіштері; тістердің шығуынан, жалпы қысым, өзін жеке индивид ретінде сезінудің күшеюі, ананың кәсіби міндеттеріне және тұлғалық қызығушылықтарына оралуының нәтижесінде «ана - бала» диадасының әлсіреуі. Бұл дағдарыс оңайрақ өтеді. Егер де әлемге сену мен сенбеу арасындағы қатынас бірінші жаққа қарай құрылса. Бұл қатынас балаға деген күтім сапасымен, оған деген махаббат пен нәзіктіліктің бар болуымен анықталады.

Екінші деңгей (бұлшықеттік-анальдік) ерте жасқа сәкес келеді. Ол кезде баланың мүмкіндіктері тез өсіп, ол жүре бастайды және өз тәуелсіздігін мен автономиясын ұстай алуын меңгере бастайды. Бірақ та нығайып келе жатқан дербестілік, өзінділік сезімі дүниеге деген қалыптасқан сенімділікті үзбеу керек. Бұл деңгейде ляззат алу аймағы ануспен байланысты. Қоғам баланы тазалыққа үйретуге ерекше мән бере отырып, оны өзінің қозғаушы мүмкіндіктерінің меңгерілуі үшін, өзінің жаңа автономдық «Меннің» бекітілуі үшін көрсетуге стимулдайды. Бала қылықтарын әлеуметтік жақталынбауынан өз қателеріне деген ұят, өз мүмкіндіктеріне деген қобалжу сезімдерін қалыптастырады. Тәуелсіздік сезімінің ұялу мен қобалжуға қарсы күресі басқа

адамдармен бірігіп жұмыс істей алуымен өз айтқанында тұру қабілетінің арасындағы қатынасты орнатуға әкеледі.

Бұл кезде дербестілік (самостоятельности) сезімі арта түседі. Және де осы кездері әлемге деген қалыптасқан базалық сенімдікті үзбеу керек. Ата-аналар жағынан бақылау баланың – талап ету, иемдену және құрту сияқты – күнделікті өсетін қалауларының шектелуі арқылы ол өзінің жаңа мүмкіндіктерінің күшін тексергеніндей бұл сезімдердің сақталуына мүмкіндік береді.

Үшінші деңгей (локомоторлы-генитальді) бала қоршаған әлемді сапалы және белсенді түрде тани бастайды; ойын барысында бала өз құрдастарымен бірге өндіру процесіндегі адамдар арасындағы қарым-қатынас жүйесін меңгереді. Осының нәтижесінде балада шынайы үлкендермен бірге әрекетке қосылу, кішкентай ролінен шығу ниеті қалыптасады. Бұл оның инициативтілігінің және белсенділігінің дамуына әсер етеді.

Бұл жас кезеңінде жыныстық идентификация жүреді және бала ер адам мен әйел адамның жүріс-тұрысының белгілі бір формасын меңгереді.

Төртінші деңгей (латентті) инфантильді сексуальдылықтың белгілі бір ұйқышылдығы және генитальді ересектің артқа шегінуімен сипатталады. Бұл деңгей балаларда еңбекқорлықпен, жаңа білімдер мен іскерліктерді меңгеру қажеттілігімен байланысты. Бұл кезде мектеп өзінің мақсаттарымен, өзінің жетістіктерімен және түңілулермен балалар үшін «өз ішіндегі мәдениет» болып келеді. Баланың энергиясы мәдениетті (оқу, кружоктар, спорт және тағыда басқа), адамдар арасындағы қатынасты меңгеруге бағытталады. Еңбек және әлеуметтік тәжірибе негіздерін меңгеру балаға қоршаған адамдардың мойындауын және компетенттілік сезімін алуға мүмкіндік береді. Егер де жетістіктері аса үлкен болмаса, онда бала өзінің қабілетсіздігін, епсіздігін қатты уайымдайды. Компетенттілік сезімінің орнына толыққандылықсыздық сезімдері пайда болады. Бұл деңгей қауіптілігі адекватты емес және толыққандылықсыздық сезімдерінде болады. Егер де бала өзін аса табыстырақ құрдастарымен салыстыра бастаса, онда қоғаммен оған қойылған талаптарының сай келмеуі деген сезімдер туындайды.

Бастауыш мектепте оқу кезеңі – бұл белгілі бір кәсіп өкілдерімен өзінің байланысын сезіну, яғни кәсіби идентификацияның басталуы.

Бесінші деңгей ең терең өмірлік дағдарысты сипаттайды. Эго – біртектілік бірінші тұтас формасы қалыптасады. Жас өспірімдік шақта дамудың барлық өтілген дағдарыстық мезеттері қайта тұрады. Жас өспірім енді барлық ескі мәселелерге саналы түрде және қоғам мен өзіне тандаудың дәл осы маңызды екендігіне ішкі сеніммен қайта шешілуі қажет. Сонда әлемге, дүниеге әлеуметтік сенім, тәуелсіздік индивидуалдылық меңгерілген заттар тұлғаның жаңа тұтастығын қалыптастырады.

Эго-біртектіліктің (идентичность) қалыптасуы жас адамға дамудың алтыншы деңгейіне өтуге мүмкіндік береді. Оның мәні - өмірлік айырылмас серікті іздеу, басқалармен тығыз ынтымақтастықта болуды қалау, өзінің әлеуметтік топтың мүшелерімен жақын достық қатынастарға ұмтылу. Жас

адам енді өзінің «Менін» жоғалтуға қорықпайды. Э. Эриксон жазғандай алдыңғы деңгейдің жетістіктері оған «тілекпен және дайындықпен өз біртектілігінді (идентичность) басқалармен араластыруға» мүмкіндік береді. Қоршаған адамдармен жақындасуға деген ұмтылыстың негізі жүріс-тұрыстың басты модальдылықтарын толығымен меңгеру болып табылады.

Бұл деңгейдің қауіпті жағы – жалғыздық, толық жақындасуды талап ететін байланыстардан қашу. Э.Эриксонның айтуынша, бұндай бұзылыстар қиын «мінез проблемасына», психопатологияға әкелуі мүмкін. Егер де психикалық мораторий бұл деңгейде де жалғаса берсе, онда жақындасу сезімінің орнына өзінің ішкі әлеміне, өзінің «территориясына» ешкімді жібермей, дистанция сақтауға ұмтылады. Бұл ұмтылыстардың тұлғалық қасиеттерге – жалғыздық және изоляция сезіміне - айнала алатындығы туралы қауіп бар. Біртектілендірудің бұл жағымсыз жақтарын жеңуге махаббат сезімі көмектеседі. Э. Эриксонның айтуынша, «шынайы генитальдылық» бұл жасжеткіншек пен жасөспірімдерге емес, жас адамға қатысты айтыла алады. Және де фрейдтік өзгешеліктерге негізделіп, махаббат тек сексуалдық құмарлық қана деп түсіндірілмеуі қажет. Оның ойынша махаббаттың ересектік сезімдерінің пайда болуы және еңбек іс-әрекетімен ынтымақтастықтың шығармашылық атмосферасын орнату келесі деңгейге өтуін дайындайды.

Жетінші деңгей адамның өмірлік жолында ересек кезеңде орталық, центрлік ретінде қарастырылады. Э. Эриксон бойынша тұлға дамуы барлық өмір бойы жалғаса береді. Тұлға дамуы басқа адамдарға өзінің қажетті екендігінің субъективті сезімдерін растайтын жанжақтағы балалардың әсері негізінде жалғаса береді. Бұл деңгейдегі тұлғаның басты жағымды сипаттары ретіндегі өндіргіштік пен ұрпақтың жалғасуы шығармашылықта және нәтижелі еңбек іс-әрекетінде жаңа ұрпақты тәрбиелеу туралы қамқорлықта жүзеге асады. Адам істеген нәрсенің бәріне де «Мен» деген кішкентай бөлшекті қосады және сол арқылы тұлғаның байы түсуіне әкеледі.

Керісінше, егер де дамуда жағымсыз жағдай туындағанда өз-өзіне көп көңіл бөле бастаушылық көрініс береді де ол тоқырауға және тұлғалық бос қалуларға әкеледі. Бұндай адамдар жиі кездері өздерін өзінің жеке, жалғыз баласы сияқты қарастырады. Егер де бұндай тенденцияға жағдайлар жағымды болып келсе, онда тұлғаның физикалық және психологиялық инвалидизациясы басталады.

Өмірлік жолдың сегізінші деңгейі эго – біртектіліктің жаңа аяқталған формасының қол жеткізуімен сипатталынады. Белгілі бір жолмен адамдарға не заттарға қатысты қамқорлықты танытқан және де өмірден ажыратылынбайтын сәттіліктер мен сәтсіздіктерге бейімделген адамда ғана, балалардың ата-аналарында және идея мен заттарды жасайтындарда ғана барлық жеті деңгейдің жемісі – тұлға тұтастығы - біртіндеп пісіп жетіледі. Э. Эриксон жанның осы қалпының бірнеше құрамасын көрсетеді: бұл түсінушілік пен тәртіптің өзінің ұстанымында бәрінен де жоғары болатын тұлғалық сенімділік, бұл қандай жолмен келгендігіне қарамастан өткен

өмірдің рухани мәні мен әлемдік тәртіп уайымдау ретіндегі адамдық тұлғаның постнарцисстік махаббаты және т.б.

Дамудың бұл деңгейінде ақыл-парасаттылық пайда болды. Өткенге көз жүгірту: «Мен бақыттымын» деуге мүмкіндік береді. Балалар және шығармашылық жетістіктер өзінің жалғасы ретінде қабылданады және өлімге деген қорқыныш жоғалады. Э.Эриксон бұны өлім алдындағы өмірге қызығушылықтың шетте қалуы деген.

Керісінше, бұндай тұлғалық интеграцияның жоқ болуы өлім қорқынышына әкеледі. Өмірді қайтадан бастауға аз уақыт қалғандығын түсіну адам үмітін үзеді.

Эпигенез уақытында негізгі тапсырмаларды шешуде оң және теріс тенденциялардың күресуі нәтижесінде тұлғаның негізгі «рақымшылдықтарын» («добродетели») қалыптасады. Позитивті сезімдер әр уақыттада жағымсыздарға қарсы қойылатындықтан, «рақымшылдықтар» да екі полюсті болып келеді. Міне солай базалық сенім базалық сенімсіздікке қарсыласудан ҮМІТ – АЛШАҚТАНУ туындайды; автономдылық қобалжу мен ұятқа қарсы ЕРІК – ИМПУЛЬСИВТІЛІК туындайды; инициативтілік кінәға қарсы МАҚСАТТЫЛЫҚ – АПАТИЯ; еңбекқорлық өзінің толық еместік сезіміне қарсы КОМПЕТЕНТТІЛІК – ИНЕРЦИЯ; біртектілік біртектілік диффузиясына қарсы БЕРІЛГЕНДІК (ВЕРНОСТЬ) – КЕТУ (ОТРЕЧЕНИЕ); жақындық жалғыздыққа қарсы МАХАББАТ – ТҰЙЫҚТЫҚ; ұрпақ санын көбейту өз-өзіне кетуге қарсы ҚАМҚОРЛЫҚ – БАС ТАРТУ; эго – интеграция өмірге деген қызығушылыққа қарсы АҚЫЛ-ПАРАСАТТЫЛЫҚ – ЖЕК КӨРІНІШТІК туындайды.

Э.Эриксон концепциясы тұлға өмірінің эпигенетикалық концепциясы деп аталады. Эпигенетикалық принцип эмбриондық дамуды зерттеу кезінде қолданатындығы мәлім. Бұл принцип бойынша, өсетіннің бәрінде жалпы жоспары бар. Бұл жалпы жоспарға негізделіп жеке бөліктер дамиды. Сонымен қатар олардың әр біреуінде даму үшін қолайлы кезеңдері бар. Бұл барлық бөліктер дамып, функционалды тұтастықты қалыптастырғанша болады. Биологияда эпигенетикалық концепция жаңа құрылымдар мен формалардың пайда болуында сыртқы факторлар рөлін бөліп көрсетіп, сол арқылы ілімдердің преформистикасына қарсы шығады. Э. Эриксонның көзқарасы бойынша, деңгейлердің кезектесуі – биологиялық жетілудің нәтижесі, бірақ та даму мазмұны адамнан ол қатынасатын қоғамның мүшелері нені күтетіндігімен анықталады. Э. Эриксон бойынша кез келген адам, оның қатынасатын мәдениетіне қарамастан бұл деңгейлерден өте алады; осының бәрі адам өмірінің ұзақтығына байланысты.

Э. Эриксон жасаған жұмысына баға бере отырып, периодизацияны тұлға теориясы ретінде қарастыруға болмайтындығын түсінген. Оның айтуынша, бұл тек осындай теорияны құрастырудың кілті ғана.

Эриксондық схемада тұлғаның даму деңгейлерінің кезектестігі көрсетілген. Э.Эриксонның айтуынша, қарқын мен интенсивтілікте вариация

үшін кеңістікті қалдырады. Сонымен «эпигенез схемасы ойлау мен ойланудың өзекті формасын ұсынады».

Қорытындылай келгенде Э.Эриксон концепциясы Кьеркегор атты философтың сөзімен айтсақ, бұл: «Өмір кері тәртіпте түсінілуі мүмкін, бірақ та басынан бастап өмір кешу керек».

Э.Эриксон (1902-1979) тұлғаның психосоциалдық дамуының 8 сатысын бөліп көрсетті. Оның әрбірінде адам мағынасы сананың, психиканың қарама-қарсы жағдайларының арасындағы кикілжіңнің (конфликт) болып табылатын спецификалық тоқырауды (кризис) бастан кешіреді.

1. Қоршаған әлемге сенім сенімсіздік (0-1 жас);
2. тәуелсіздік сезімі – ұят пен күмәнді сезіну (1-3 жас);
3. ынталық – күнә сезімі (4-5 жас);
4. еңбек сүйгіштік – жарты кештік сезім (6-11 жас);
5. белгілі бір жынысқа сәйкестігін түсіну – бұл жынысқа сәйкес келетін мінез-құлық түрлерін түсінбеу (12-18 жас);
6. интимдік қатынасқа ұмтылу – айналадағылардан оқшаулану (ерте есею);
7. өмірлік белсенділік — өзіне ғана бағытталу, жас шама проблемалары (қалыпты есею);
8. өмірді толыққанды сезіну (кеш есею)

Тақырып №6. Психоанализ және қоғам: Эрих Фроммның мінез-құлық туралы психоаналитикалық ілімі

Жоспар:

1. Эрих Фроммның мінез-құлық туралы психоаналитикалық ілімі

Негізгі ұғымдар: психоанализ, Э.Фромм, мінез-құлық, психоаналитика.

Эрих Фромм (1900-1980) - 1920-1930 жылдары пайда болған неофрейдизмнің негізін қалаушылардың бірі. психоанализді американдық әлеуметтік антропологтардың (атап айтқанда, мәдени антропология мектебі) идеяларымен үйлестіру барысында. Неофрейдизмнің көшбасшылары Фрейдтің кейбір іргелі тұжырымдарын (атап айтқанда, либидо теориясын) сынай отырып, әлеуметтік және мәдени детерминанттардың жеке тұлға мен қоғам өміріндегі рөлін ерекше атап өтті. Неофрейдизмнің әлеуметтік-мәдени бағыты психоанализдің қайта құрылымдалуына әкелді: ондағы ауырлық орталығы интрапсихикалықтан тұлғааралық қатынасқа ауысты.

Фрейдтің классикалық психоанализінен айырмашылығы, Фромм өзінің «гуманистік психоанализ» тұжырымдамасын, сонымен қатар жүріс-тұрыстың жаңа психоаналитикалық доктринасын жасады. Фроммның айтуы бойынша, адам табиғатпен инстинктивті (табиғи) байланыстарды жоғалтады, бұл экзистенциалдық және әлеуметтік дихотомиялардың (қарама-

қайшылықтардың) пайда болуына алып келеді, оның ішкі тепе-теңдігінің бұзылуына әкеп соқтырады және оны жаңа тепе-теңдікті іздеуге итермелейді. Фромм келесі дихотомияларды анықтайды: адамдардың өмірін ұйымдастырудың патриархаттық және матриархаттық принциптері, авторитарлық және гуманистік сана, мінез-құлықтың эксплуатациялық және рецептивті (тілалғыш) түрлері, иелену мен болу жеке адамның өмірінің екі тәсілі ретінде, даму процесінде теріс «еркіндік» және оң «еркіндік» жеке тұлға.

Фромм бұл дихотомияларды өзі «гуманистік психоанализ» бағытында дамытқан фрейдтік психология мен неомарксистік социологияны біріктіріп, әлеуметтік-критикалық антропологиялық теория мен утопиялық «коммунарлық социализм» тұжырымдамасын дамыта отырып шешуге тырысты. Атап айтқанда, өзінің «Әлеуметтік психологияның әдіснамасы мен функциялары» (1932) мақаласында ол тарихи материализмге адамның психикалық құрылымын сипаттайтын ғылыми жүйе қажет деп, ал психоанализ тарихи материализмнің қажеттіліктеріне ең қолайлы пән, өйткені ол көп нәрсені бере алады деп жазды. Әлеуметтік процесте әсер ететін факторлардың бірі - адамның өзінің табиғаты туралы толық түсінік.

Фромм Гейдельбергте психоанализбен танысып, 1922 жылы университеттің әлеуметтану кафедрасында ғылыми дәрежеге ие болды. Ол 1929–1930 жылдары Берлин психоанализі институтында психоаналитик ретінде білімін аяқтады, содан кейін Берлинде жеке тәжірибе ашты. 1930 жылы 7 қазанда ол неміс психоаналитикалық қоғамының штаттан тыс мүшесі болып сайланды.

Берлин психоанализ институтында жұмыс істеген кезде Фромм неофрейдизмнің болашақ көшбасшыларының бірі Карен Хорнимен кездесті. 1932 жылы Хорни американдық психоаналитик Франц Александрдың екінші директор ретінде Чикаго психоанализ институтын құруға қатысу туралы ұсынысын қабылдап, Америка Құрама Штаттарына қоныс аударды. 1933 жылдың аяғында Хорнидің көмегімен Фромм Чикагоға шақырылған профессор ретінде келді және содан бері 1940 жылы Америка азаматтығын алған АҚШ-та тұра бастады. Бірнеше жылдан кейін Нью-Йоркке көшкеннен кейін, Хорнимен бірге ол дискілер теориясына негізделген Фрейдтің метапсихологиясына балама ретінде қабылдаған американдық психиатр және психоаналитик Гарри Стак Салливанның тұлғааралық қатынастар теориясымен танысты. Дәл осыдан кейін Фроммды фрейдизмді сынауға және өзі жасаған адам туралы жаңа іліммен байланысты «гуманистік психоанализді» жасауға итермелеген.

Фроммға үлкен даңқ әкелген алғашқы «Бегство от свободы» («Escape from freedom», 1941) кітабынан бастап, одан әрі көптеген басылымдар мен кітаптарда, мысалы: «Здоровое общество» («The sane society», 1955), «Душа человека» («The soul of man», 1964), «Анатомия человеческой деструктивности» («The anatomy of human destructiveness», 1973), «Иметь или быть» («To have or to be», 1976) және т.б., ол адам мен қоғам арасындағы қатынастардың әр түрлі аспектілерін зерттеді.

Фроммның пікірінше, адамға не жақсы, ненің зиян екенін білу үшін оның табиғатын түсіну керек. Ол адамның жағдайын қарастыру тұлғаны зерттеудің алдында, ал психология адам болмысының антропологиялық-философиялық тұжырымдамасына негізделуі керек деп есептеді. Адам, Фроммның айтуы бойынша, өзінің тіршілік ету проблемасы болатын жалғыз тіршілік. Ақылдылық пен өзін-өзі тану қабілеті бар адам әлемдегі оқшаулануын, дәрменсіздігі мен иеліктен кетуін, сонымен қатар өзінің өлімдігін түсінеді және әлем мен байланыстың жаңа түрлерін іздейді, ол өзі мен табиғат арасындағы бірлік пен тепе-теңдікті қалпына келтіріп, қауіпсіздік пен тыныштық тапқысы келеді.

Адамдардың байланыстары мен өзін-өзі растау қажеттіліктерін, сүйіспеншілікке, өзін-өзі тануға, бағдарлау жүйесі мен барлық адамдарға тән құлшылық ету объектісіне қажеттілікті қамтитын бұл психикалық қажеттіліктерді Фромм «экзистенциалды» деп атады, өйткені олардың себептері адамның тіршілік ету жағдайында жатыр. Сонымен, американдық зерттеуші адамның табиғатын оның негізгі қасиеттерінің бірі немесе біреуі арқылы емес, оның тіршілік ету тәсілі арқылы, яғни экзистенциалды түрде, адам болмысына тән қайшылықтар арқылы анықтайды.

Демек, адамның табиғатын Фромм биологиялық тұрғыдан берілген драйвтер жиынтығы ретінде емес, әлемге деген регрессивті немесе прогрессивті бола алатын мағыналы жауап, интегралды қатынас ретінде анықтайды. Регрессивті шешім адамды өзінің шығу тегіне - табиғатқа, жануарлар өміріне және ата-бабаларына қайтару әрекетімен байланысты; прогрессивті шешім адам күшінің, өзіміздегі адамзаттың жан-жақты дамуымен байланысты. Регрессивті шешім, Фромм бойынша, мүмкін емес. Бұл қирауға, өлімге, азапқа әкеледі. Бұл шешім, американдық зерттеуші, неміс-американдық философ және әлеуметтанушы Герберт Маркузенің көзқарастарына тән деп санайды.

XX ғасырдың 50-ші жылдары Маркузе өзінің «Эрос және өркениет» атты еңбегінде бірқатар фрейдомарксистік идеяларды білдірді. Ол «сублимация», «сәйкестендіру» және «интродукция» сияқты психоаналитикалық ұғымдардың психикалық қана емес, сонымен қатар жеке тұлғаға объективті түрде қарсы қойылған институционалдық, құқықтық, әкімшілік және дәстүрлі қатынастар жүйесінен туындайтын әлеуметтік мазмұны бар деп есептеді. Маркузе үстемдік мүддесі үшін әлеуметтік билік жүктеген «артық басуды» жоюды жақтады және қарым-қатынастар эротикаға түсіп, жұмыс ойын сияқты болатын репрессиялық емес өркениет құруды жақтады. Фрейдтің идеяларынан бастап, Маркузе сексуалдылықтың өзін-өзі сублимациялау тезисін алға тартты, ол арқылы сексуалдылықтың қоғамның қысымына ұшырамай, жоғары өркениетті адами қатынастар құру қабілетін түсінді. Маркузенің айтуы бойынша, өзін-өзі сублимациялау репрессиялық емес өркениеттің жаңа көкжиектерін ашады, Фрейд адамзат үшін мәңгілік және өлім деп санаған сексуалдылық пен мәдениет арасындағы бітіспес қақтығысты жояды. Фромм Маркузенің идеяларын өте байыпты қабылдады,

бірақ оларды жүзеге асыру адамзаттың өліміне әкеледі деген қорытындыға келді. Фроммның өзі адам өзінің жеке басының жетілуіне дейін жетілуі керек деп есептеді.

Адам табиғаты туралы осы түсінікке сүйене отырып, Фромм мінез доктринасын адамның «екінші табиғаты» ретінде дамытады, оған жетіспейтін инстинкттерді ауыстырады және оның негізгі ортасы ретінде әлеуметтік ортада анықталған ерекшеліктерді таниды. Ол әлеуметтік сипат ұғымын қоғам мүшелерінің көпшілігіне тән және оның қызмет етуіне ықпал ететін белгілер жиынтығы ретінде енгізеді; кейіпкер идеялар мен құндылықтарды қабылдау жолын, әлемге және басқа адамдарға деген қатынасты белгілейді.

Фромм өзінің теориясында марксистік әлеуметтануды психологизациялау және фрейд психологиясын әлеуметтендіру арқылы марксизмді фрейдизммен синтездеуге тырысып, «фрейдомарксизм» идеясын қайта жандандырады. Фроммның айтуы бойынша, Маркс өндіріс режимін, демек, қоғамдық ұйымды анықтайтын объективті жағдайлар адамның өзін де, оның мақсаттары мен мүдделерін де анықтайтындығын көрсетті. Алайда, марксизм классиктері экономикалық негіздің идеологиялық қондырмаға қалай әсер ететіндігін көрсетпеген. Марксистік теориядағы бұл олқылық, американдық зерттеушінің пікірінше, гуманистік бағыттағы психоанализ көмегімен түзетілуі мүмкін.

Фроммның әлеуметтік сипаттағы тұжырымдамасы Маркс пен Фрейд ілімінің өзіндік синтезі болды. Бір жағынан, әлеуметтік кейіпкердің мазмұны, Фромм бойынша, қоғамның құрылымымен және ондағы жеке тұлғаның қызметімен анықталады, екінші жағынан, ол отбасын қоғамның ақыл-ой агенті ретінде қарастырды, оның функциясы қоғамның талаптарын өсіп келе жатқан балаға жеткізу. Отбасы бұл функцияны екі жолмен орындайды:

1) ата-аналардың көпшілігінің мінезі әлеуметтік сипаттың көрінісі болғандықтан, олар балаға қоғамға қажет мінез құрылымының негізгі белгілерін береді;

2) ата-аналардың кейіпкерлерінен басқа, белгілі бір мәдениетте асырап алынған баланы тәрбиелеу әдістері де қоғамға қажет бағытта мінез қалыптастыру қызметін атқарады.

Сонымен, мінез алдымен отбасының ықпалымен, содан кейін қоғамдық өмірде белгілі бір әлеуметтік құрылымдарға бейімделу арқылы дамиды. Жануарлар инстинктін алмастырушы ретінде, мінез әрдайым жаңа қасақана шешім қабылдау қажеттілігін жоя отырып, адамның тұрақты мінез-құлқын қамтамасыз етеді. Сонымен бірге мәдениеттің талаптарына сәйкес әрекет ете отырып, адам қосымша психологиялық қанағат алады. Әлеуметтік табиғаттың функциясы, американдық зерттеушінің пікірінше, белгілі бір қоғамда адамның энергиясын қалыптастыру және оның қызметін сақтау үшін пайдалану болып табылады. Қоғам мен мәдениеттің өмір сүру шарттары тұрақты болғанша, әлеуметтік сипат көбінесе тұрақтандырушы функцияны орындайды. Алайда, егер қоғамның жұмыс істеуінің экономикалық шарттары дәстүр мен әлеуметтік сипатқа сәйкес келуді тоқтатса, олардың арасында туындайтын

дисгармония әлеуметтік сипаттың қалыптасқан әлеуметтік жүйені бұза отырып, қоғамның ыдырау факторына айналуына әкеледі.

Фромм өзінің характерологиясымен психоаналитикалық теория мен мінез-құлық туралы ғылымның негізін қалап, адамдағы барлық зұлымдықты саналы, жануарлық принципке көтеретін инстинктивті психоаналитикалық ұстанымның принциптерін және деструктивтілікті толығымен әлеуметтік ортадан шығаратын бихевиористік позиция принциптерін де өткір сынға алды. Инстинктивизм де, бихевиоризм де жеке тұлғаны, әрекет етуші адамның өзін елемейді. Фромм осы екі позицияны да адамның биоәлеуметтік тіршілігі аясында біріктіруді ұсынады. Фромм сипаттамасы, оған сәйкес әлеуметтік сипат адам табиғатының қоғам құрылымына серпінді бейімделуінің нәтижесі болып табылады, Фрейдтің психоанализін сынады. Фрейдтен айырмашылығы, американдық зерттеуші оның алдында өмірі өзін-өзі сақтауға арналған жыныстық жетектер мен инстинкттермен анықталатын немесе өмір мен өлімге апаратын оқшауланған, экстрасоциалды индивидті емес, нақты тарихи контекстке енген, тұлға құрылымы қоғамда қалыптасқан мәдени стандарттармен қалыптасқан адамды көреді. Фромның Фрейдтің психоанализіне деген сыни көзқарасы 1930 жылдың басында Дж.Бахофеннің 1861 жылы жарық көрген «Ана құқығы» кітабында келтірілген матриархат дәуірінің сипаттамасымен танысқаннан кейін күшейе түсті. «Дәл осы Эдип комплексі құбылысы туралы, тек патриархалдық қоғамда ғана орталық рөлін атқара отырып, өздерінің ақыл-ой құрылымын бүкіл қоғам үшін табиғи деп санаған кезде қателікке ұрыну қаншалықты оңай екенін көруге болады» - деп жазды Фромм. Салливанның Фромм сіңірген тұлғааралық қатынастар теориясы соңғысын екпінді жеке психологиядан тұлғааралық қатынастар психологиясына ауыстыруға мәжбүр етті.

Сонымен қатар, Фромм психологияның шешуші проблемасын жеке драйвтардың қанағаттануынан немесе көңілсіздігінен емес, жеке адамның дүниеге деген қатынасынан көреді. Фрейдтің бейнеқосылғыларынан немесе «органикалық қозғағыштарынан» айырмашылығы, жеке тұлғаның басқа адамдарға деген сүйіспеншілік, жеккөрушілік, нәзіктік, симбиоз және басқалармен қарым-қатынасынан туындайтын қажеттіліктер мен ұмтылыстар, Фромм «мінез-құлық құмарлықтарын» социобиологиялық және тарихи табиғаты. Психоанализ, оның пікірінше, өзінің теориялары қаншалықты әлеуметтік тұрғыдан анықталғанын түсініп, осыдан қорытынды шығаруы керек, өйткені өзі өмір сүріп отырған қоғамның өсиеттері мен тыйымдарын ұстанатын талдаушы пациенттің бұзылу қорқынышын жоя алмайды. Сонымен қатар, психоаналитикалық терапияның мақсаты көбінесе адамның бар шындыққа бейімделуіне қол жеткізу болып табылады, ал психоанализ тіпті негізгі мәселеге - адамның жалғыздығы мен иеліктен шығуын, оның өмірге деген шығармашылық көзқарасының жоқтығын зерттеуді үстірт қозғамайды.

Кейіннен дзен-буддизмді жақсы білетін Фромм Фрейдтің классикалық психоанализін гуманистік психоанализ бағытында нақтылауға көшті. Фроммның пікірінше, психоанализ - бұл батыстың рухани дағдарысының тән

көрінісі және оны шешудің жолдарын табуға тырысу. Психоанализ - бұл батыстық дәстүр негізінде және батыстық қоғам жағдайында адамның жеке басын жақсарту әдістемесін құруға тырысу. Алайда, Фроммның айтуы бойынша, егер XX-ғасырдың басында психиатрларға негізінен аурудан зардап шегетін адамдар келді, бірақ қазіргі кезде психоаналитиктердің кеңселерінде мұндай науқастар көптеген жаңа «науқастармен» салыстырғанда азшылықты құрайды. Бұл қоғамда жақсы жұмыс істейді, олар әдеттегі мағынасында ауырмайды, бірақ олар қанағаттанбаушылық пен ішкі өлімнен зардап шегеді. Оларға ортақ нәрсе - өзінен, басқа адамнан, табиғаттан алшақтау. Мұндай адамдар үшін емдеу аурудан құтылу емес, өркендеу, яғни адам табиғатына сәйкес болу дегенді білдіреді. Алайда, жақсы өмірге жету мүмкіндігі туралы сұраққа жауап берудің кез-келген әрекеті, Фроммның пікірінше, фрейдтік көзқарас шеңберінен шығуы керек, өйткені бұл гуманистік психоанализдің негізінде жатқан адам болмысының негізгі тұжырымдамасын әрдайым толық емес болса да, одан әрі шығармашылық өңдеуге талқылауға алып келеді. және классикалық психоанализдің трансформациясы, бұл, таңқаларлықтай, тікелей дзен-буддизмге алып келеді.

Адам табиғатының мәні туралы ілімге сүйене отырып, Фромм гуманистік этиканы құрды, оның жалғыз критерийі адамның амандығы болды. Американдық зерттеушінің пікірінше, адам табиғатының қажеттіліктерін жүзеге асыруға кедергі жасайтын қоғам - патологиялық, ауру және өзінің болмысынан жат невротикалық тұлғаны тудырады. Мұның бәрі, сайып келгенде, қалыптасқан жағдайлардың өзгеруіне әкеледі, өйткені адамның бейімделуі шексіз емес, және ол әрқашан қатал әрі қатал формада қоғамдық тәртіп пен оның адам қажеттіліктері арасындағы теңгерімсіздікке наразылық білдіреді, өйткені ол өзінің табиғатын өзгерте алмайды. Сонымен, адам табиғатының қажеттіліктері адамзат тарихының дамуын анықтайтын негізгі мотивациялық күштерге, сондай-ақ жеке адамның да, жалпы қоғамның да нормасы мен патологиясын бағалаудың әмбебап критерийіне айналады.

Адамзат қоғамының тарихын талдай отырып, Фромм өнімсіз бағыттағы төрт типтегі әлеуметтік кейіпкерлердің болуын постуляциялайды: рецептивті (алу), қанаушылық (иемдену), аквизитивтік (үнемдеу) және нарықтық (айырбастау), оған жемісті бағдарлау сипатына қарсы тұрады (белсенді). Бағдарлаудың идеалды түрлерін сипаттау әр адамда бағдарлар қоспасы бар екенін білдіреді. Әр нақты қоғамда бағдарлаудың бірнеше тәсілдері де болуы мүмкін. Мінез бағдарларының осы типтерінің әрқайсысының негізінде қоғамға бейімделудің осы бес тәсіліне сәйкес келетін ерекше психологиялық механизмдер жатыр: мазохизм (берілгендік), садизм (авторитет), деструктивизм (табандылық), конформизм (немқұрайлы адалдық) және махаббат (жеміс беру). Кез-келген қоғамға сипаттың бір түрінің басымдығы тән.

Осы немесе басқа нақты бағдардың басым позициясы жеке адам өмір сүретін мәдениеттің ерекшеліктеріне байланысты. Осылайша, рецептивті бағдар, Фромм бойынша, бір топ екінші топты қанауға құқылы қоғамдарда жиі

кездеседі. Адам өзін тауар ретінде қабылдайтын нарықтық бағдар, ал айырбас ретінде оның құндылығы айырбас ретінде дамыған кезде, эксплуатациялық бағыт 18-19 ғасырларда еркін нарық шеңберінде қалыптасты, сол уақытта аквизитивті бағдармен қатар болды. тек қазіргі дәуірде басым. Нарықтық тұлға, Фроммның айтуы бойынша, кез-келген даралықтан ада болуы керек, өйткені кез-келген тұрақты сипат сипаты нарық талабына қайшы келуі мүмкін.

1960 жылдары Фромм некрофильді сипаттық бағдарды ашты. Ол некрофилияны жойылу үшін жоюға деген құштарлық, табиғи биологиялық байланыстарды күшпен үзуге деген құмарлық, сонымен қатар механикалық (биологиялық емес) барлық нәрсеге деген құштарлық ретінде анықтады. Әр адамның психикасында, деп жазды ол, бір-біріне қатысты екі бейтарап потенциал бар: біріншілік потенция деп аталады немесе ол биофилия деп атайтын өнімді бағдарлау қабілеті, оны қалыпты әлеуметтік жағдайларда іске асырады және қарама-қарсы екінші потенциал, некрофилия, содан кейін іске асырылады адамды қоршаған жағдайлар патогенді, қалыптан тыс болған кезде және алғашқы потенциалдың дамуына жол бермейді.

Сонымен, өмірге деген құштарлық пен жойылуға бейімділік бір-бірімен кері байланысты: өмір қаншалықты толық жүзеге асса, деструктивті тенденциялар әлсірейді. Фроммның айтуынша, қазіргі заманғы технологиялық жүйенің негізгі қағидасы, оған сәйкес бір нәрсе жасау керек, себебі ол техникалық мүмкін, технологияның дамуының басымдылығына алып келеді және гуманистік дәстүр дамыған барлық құндылықтардан бас тартуды білдіреді. Фромм Еуропада және Солтүстік Америкада үстемдік ететін бюрократиялық-индустриалды өркениеттің белгілері интеллектуализация, сандық анықтау, абстракция, бюрократизация және реификация деп санайды. Бұл өмірлік емес, бірақ механикалық принциптер, олар заттарға емес, адамдарға қатысты. Мұндай жүйеде өмір сүретін адамдар өмірге немқұрайлы болып, өлілерге қызығушылық танытады. Америкалық зерттеушінің айтуы бойынша некрофилияға қарама-қарсы биофилия, нарциссизмге қарама-қарсы махаббат, инстимбилдік симбиозға қарама-қарсы тәуелсіздік пен еркіндік. Фромм «өсу синдромы» деп аталған осы үш көзқарастың үйлесуі және некрофилия, нарциссизм және интеллектуалды симбиоздың экстремалды түрлерінің тоғысуы - «ыдырау синдромы» ретінде.

Адам табиғатына сәйкес келетін салауатты қоғам құру қажеттілігі туралы айта отырып, Фромм әлеуметтік прогресс барлық салаларда - экономикалық, саяси және мәдени бір уақытта өзгерген жағдайда ғана мүмкін болады деп санады. Ол үшін идеал Маркс сипаттаған социализм болды, онда өндіріс адамға қызмет етеді, ал еңбек еркін және жасампаз болады, нәтижесінде адам өзін жалпы болмыс ретінде сезіне бастайды. Фромм әлеуметтік және жеке өмірдегі құрылымдау фактісін, сондай-ақ әлеуметтік-экономикалық құрылымның, сипат құрылымы мен діни құрылымның бір-бірінен бөлінбейтіндігін түсініп, Фромм қоғам мен қоғамның бүкіл әлеуметтік және рухани құрылымында түбегейлі өзгеріске қол жеткізгісі келді, сол кезде адам мен қоғам үйлесімді болатын еді. Ол өзінің «коммунитарлық»,

гуманистік социализм идеалын алға тартты, мұнда қоғам кішігірім еңбек қауымдастықтарының қағидаты бойынша ұйымдастырылатын болады, оның басқару функциясын олардың барлық мүшелері жүзеге асырады және өндіріс процесінде адамдардың өзін-өзі танытуы мен қатысуы оңтайлы болады, ал барлық экономикалық және саяси қызмет жеке тұлғаның даму мақсатына бағынады. адам. Осы мақсатқа жету үшін Фромм келесі шараларды ұсынды: өндірісті «сау» тұтынуға бағыттау; өндірістік және саяси қатысушылық демократияны кеңейту және тереңдету арқылы азаматтардың әлеуметтік белсенділігін арттыру; өнеркәсіпте және саясатта максималды орталықсыздандыруды жүзеге асыру; иеліктен пайдаланылатын заманауи басқару әдістерін ауыстырыңыз жоспарлаудың барлық түрлерінің критерийі максималды өнімділік емес, адамның оңтайлы дамуы болатын бюрократия, гуманистік; қоғамның әрбір мүшесі үшін кепілдендірілген кірісті енгізу; бай және кедей елдер арасындағы алшақтықты жою; Мәдениет істері жөніндегі Жоғарғы Кеңесті құрыңыз және бұрынғы діндерге тең келетін рухани бағыттың жаңа түрлерін дамытыңыз. Фромм осындай жаһандық трансформацияға қажетті өзгерістер адамдардың мінезінде және қоғамда орын алуы мүмкін екендігіне өте күмәнмен қарады, жаңа идеялардың тартымды күшіне барлық үміттерін артты.

Тақырып №7. Карл Роджерстің психоаналитикалық психотерапияның дамуына әсері

Жоспар:

1. Карл Роджерс және оның психоаналитикалық психотерапияның дамуына әсері

Негізгі ұғымдар: психоанализ, К.Роджерс, психоаналитика, психотерапия.

Карл Рансом Роджерс (ағылш. Carl Ransom Rogers; 8 қаңтар 1902 - 1987 ж. 4 ақпан) - американдық психолог, гуманистік психологияның негізін қалаушыларының және көшбасшыларының бірі (Авраам Маслоумен бірге). Роджерс субъектінің қоршаған әлеуметтік ортамен өзара әрекеттесу процесінде қалыптасатын және оның (субъектінің) мінез-құлқын өзін-өзі реттеудің ажырамас механизмі болып табылатын «Мен-тұжырымдама» тұлғалық құрылымының іргелі компонентін қарастырды. Роджерс директивті емес психотерапияны құруға үлкен үлес қосты, оны ол «адамға бағытталған психотерапия» деп атады (ағыл. person-centered psychotherapy). 1947 жылы американдық психологиялық қауымдастықтың президенті болып тағайындалған.

Карл Рансом Роджерс 1902 жылы Иллинойс штатындағы Чикаго қаласының маңындағы Ок-Паркте дүниеге келді. Ол алты баланың төртіншісі болды, оның бесеуі ер балалар. Оның әкесі инженер және мердігер болған, ол

белгілі бір қаржылық жетістіктерге ие болған, сондықтан Роджерс өмірінің алғашқы жылдарында отбасы экономикалық жағынан өркендеген. Ол 12 жасында отбасы Чикагодан батысқа қарай фермаға көшті және ол жас кезін осы ауылдық жерде өткізді. Отбасы мүшелері бір-біріне тікелей тәуелді болғанымен, өздеріне сенімді болды, бірақ өздеріне және бір-біріне риза болып қанағаттанған жоқ. Роджерс өзінің жасөспірім кезеңі қатаң және ымырасыз діни-адамгершілік атмосферада өткенін еске түсірді (Роджерс, 1973). Ол ата-анасын сезімтал және сүйіспеншілікке толы, бірақ соған қарамастан фундаменталистік діни көзқарастарға шын жүректен және догматикалық түрде берілген деп сипаттады.

Отбасынан тыс жақын достары болмағандықтан, Роджерс көп уақытты жалғыздықта өткізді, шытырман оқиғалы кітаптар оқыды. Шындығында, ол қолына келгеннің бәрін, соның ішінде сөздік пен энциклопедияны оқыды. Мектеп кезінде Роджерс сонымен бірге әлеуметтік оқшаулану мен жалғыздықта өмір сүрді. Ол әрқайсысы екі жылдан аспайтын үш түрлі мектепте оқыды, көп уақытты жолда өткізді, сондықтан ол ешқашан басқа оқушылармен сыныптан тыс жұмыстарға қатыса алмады. Алайда, Роджерс өте жақсы студент болды. Ол барлық пәндер бойынша, әсіресе ағылшын және жаратылыстану ғылымдары бойынша жоғары бағаларға ие болды. Ол жазғы демалысты фермада өткізді, сонда таусылғанға дейін жұмыс істеді. Жасөспірім кезінен Роджерс табиғатқа деген қызығушылықты дамытып, өсімдіктер мен жануарларды бақылауларының егжей-тегжейлі жазбаларын жасай отырып, егіншілікте ғылыми ұстанымға ие болды. Ол көбелектің белгілі бір түрін жинап, өсірді және олар туралы не білетін болса, бәрін оқыды. Сондай-ақ, әкесі әкелген ауылшаруашылығы және осы салада қолданылған ғылыми әдістер туралы кітаптарды оқыды. Мектептен шыққаннан кейін Роджерс фермер болуға бет бұрды. 1919 жылы ол Висконсин Университетіне, отбасымен басқарылатын альма-матерге түсіп, ғылыми ауылшаруашылығын өз тақырыбы ретінде таңдады. Алайда, екінші курста ол діни қызметпен белсенді айналысып, студенттердің діни конференциясына қатысты, оның ұраны: «Біздің ұрпақ әлеміне христиан дінін үйрету». Нәтижесінде ол өзін пасторлық жұмысқа дайындауды шешті. Келесі 1922 жылы оның өмірін түбегейлі өзгерткен оқиға болды. Американдық колледж студенттерінің арасында Пекинде өтетін Бүкіләлемдік Студенттік Христиан Федерациясының конференциясына бару үшін ол таңдалды. Ол алты айдан астам уақытты шетелде өткізді, онда діни және мәдени көзқарастарды әдеттегіден мүлдем басқаша байқады. Шығыстағы өмір оның өмірге деген көзқарасын мейлінше либералды етіп қана қоймай, оны Исаның құдайшылығына күмән келтірді. Бұл сапар сонымен қатар Роджерсті ата-анасының интеллектуалды және діни байланыстарынан тәуелсіз етті. Шығысқа саяхаттағаннан кейін Роджерс Висконсинге оралды және 1924 жылы тарих ғылымдарының кандидаты дәрежесін алды. Ол психологияның бір ғана курсы - сырттай оқыды.

Оқу орнын бітірген соң, Роджерс Висконсин штатында өзінің бала кезінен таныс студенті Хелен Элиотқа үйленді. Сол жазда жас жұбайлар Нью-Йоркке Форд-Т көлігімен либералды Біріккен теологиялық семинарияға барды. Роджерс Нью-Йорктегі өмірді қызықты әрі қызықты деп тапты: «Мен достар таптым, жаңа идеялар таптым және өмірге әбден ғашық болдым» (Роджерс, 1967). Бірлескен семинарияда Роджерс алғаш рет бақташылар мен психикалық денсаулық мамандарының қолайсыз адамдарға көмектесудегі ортақ мақсаты бар екенін түсінді. Алайда ол бірте-бірте өзін дін саласындағы академиялық курстан босатты - діни жұмыстың схоластикалық қатынастарына деген скептиканың күшеюінен туындаған көңілсіздік. Екінші курстың соңында клиникалық және білім беру психологиясы бойынша білім алу үшін семинарияны Колумбия университетінің педагогикалық колледжіне ауыстырды. Роджерс 1928 жылы магистр дәрежесін, ал 1931 жылы клиникалық психологияда докторлық дәрежеге ие болды.

1931 жылы Роджерс Нью-Йорктегі Рочестердегі балаларға қатыгездіктің алдын-алу қоғамының балаларды зерттеу бөлімінде психолог ретінде қызмет атқарды. Келесі онжылдықта Роджерс құқық бұзушылық пен қолайсыз балалармен жұмыс істеуге белсенді қатысты. Ол сондай-ақ Рочестер рефералдық орталығын құруда маңызды рөл атқарды және ұйымды психиатр басқаруы керек деген пікірге қарамастан, оның директоры болды. 1939 жылы «Проблемалы баланы клиникалық емдеу» деп аталатын өте сәтті жұмыс жарияланғаннан кейін Роджерске Огайо штатының университетінің психология кафедрасында профессор ретінде жұмыс ұсынылды. 1940 жылы Роджерс Колумбия университетіне оралып, жаңа мансапқа ұмтылды. Оның академиялық ортаға ауысуы Роджерске жаңа туып келе жатқан клиникалық психология саласында кең танымал болды. Ол көптеген талантты аспиранттарды қызықтырды және психотерапия мен оның эмпирикалық зерттеулері туралы өзінің көзқарастары туралы көптеген мақалалар шығара бастады. Бұл идеялар оның 1942 жылы шыққан «Кеңес беру және психотерапия» кітабында алға тартылды.

1945 жылы Роджерс Чикаго университетіне ауысып, онда психология профессоры және университеттің кеңес беру орталығының директоры болды. Бұл лауазым оған кәсіби кадрлар мен аспиранттар тең жағдайда жұмыс жасайтын жоғары курс студенттеріне арналған кеңес беру орталығын құруға мүмкіндік берді. Ол үшін ең жемісті және шығармашылық жылдар Чикагода өткен 1945-1957 жылдар болды. Осы кезеңде ол өзінің «Клиенттерге бағытталған терапия: оның заманауи тәжірибесі, мағынасы және теориясы» (1951) атты негізгі жұмысын аяқтады, бұл кітап тұлғааралық қатынастар мен тұлғаның өзгеруіне деген көзқарас теориясын дамытады. Ол сондай-ақ психотерапияның процесі мен нәтижелері туралы біраз зерттеулер жүргізді. Бұл жеке сәтсіздік кезеңі болды. Өте қиын пациентпен кеңесу кезінде Роджерс оның патологиясынан зардап шекті. Ол дерлік күйреуге жақын тұрған кезде, ол сөзбе-сөз кеңес беру орталығынан қашып, үш айлық демалыс алып, өзінің бұрынғы студенттерінің бірімен терапияға оралды. Кейінірек ол былай деп

еске алды: «Мен көмекке мұқтаж болған кезімде өз ісін жүргізетін, менен тәуелсіз және тіпті маған қажет көмекті ұсына алатын психотерапевттерді дайындағанымна ризамын» (Роджерс, 1967).

1954 жылы Карл Роджерс Розалинд Даймондпен бірге өздерінің әлеуметтік-психологиялық бейімделу сауалнамасын жариялады, бұл құрал кейіннен олардың атына ие болды және кең тарады. 1957 жылы Роджерс Висконсин университетіне қайта оралды, онда ол психология және психиатрия кафедраларында жұмыс істеді. Кейіннен ол психиатриялық емдеуді мемлекеттік психиатриялық ауруханада шизофрениялық науқастарды емдеу үшін қарқынды зерттеу бағдарламасына кірісті. Өкінішке орай, бұл зерттеу бағдарламасы кейбір мәселелерге тап болды және Роджерс күткендей сәтті болмады. Команданың кейбір мүшелері Роджерстің терапевтік тәсіліне қарсы болды, мәліметтер жұмбақ түрде жоғалып кетті және осы бағдарлама бойынша емделген шизофрениямен ауыратын науқастар әдеттегі әдіспен емделген пациенттерге қарағанда ең аз жақсартуға ие болды. 1964 жылы Роджерс университеттен зейнетке шығып, Ла-Джолладағы Калифорниядағы Батыс мінез-құлық ғылымдары институтында, адамдар арасындағы қатынастар туралы гуманистік зерттеулерге арналған қайырымдылық ұйымында стипендиат болды. Төрт жылдан кейін ол бұл қызметтен кетіп, Ла-Джоллада орналасқан Адамды зерттеу орталығында қызмет атқарды. Мұнда ол қайтыс болғанға дейін жұмыс істеді, содан кейін жамбас сүйегіне жасалған операция кезінде жүректің шабуылынан (1987).

Соңғы жылдары Роджерс бүкіл әлем бойынша семинарлар өткізіп, онда психологтар мен басқа психикалық денсаулық сақтау қызметкерлеріне, сондай-ақ тәрбиешілер мен саясаткерлерге әлемдегі шиеленісті жеңілдету және бейбіт қатар өмір сүруге қол жеткізу үшін клиентке бағытталған терапия принциптерін қалай қолдануға болатындығын көрсетті. «Ядролық қырғынның алдын-алу проблемасы менің санамда, жүрегімде және жұмысымда басты орын алады» (Роджерс, 1984, 15-бет). Роджерс психологияға қосқан үлесі үшін көптеген марапаттарға ие болды және көптеген ғылыми қоғамдардың белсенді мүшесі болды. Ол 1946-1947 жылдар аралығында американдық психологиялық қауымдастықтың президенті болып сайланды, ал 1956 жылы ол бірінші болып американдық психологиялық қауымдастықтың көрнекті ғылым сыйлығын алды. Ол сондай-ақ 1972 жылы американдық психологиялық ассоциацияның керемет кәсіби жетістігі үшін алған сыйлығын алды.

Роджерс өзінің әдісін әмбебап, яғни клиенттердің алуан түрімен - топтар үшін (сыныптар, еңбек ұжымы) және жеке жұмыс үшін де (мектеп оқушылары, ата-аналар, ардагерлер), әр түрлі мәдениеттерге, типтердегі адамдарға арналған, тиімді және тиімді деп санайды. Атап айтқанда, әдіс қақтығыстарды шешуге қолданылады - тұлғашілік, сонымен қатар тұлғааралық және топаралық. Роджерстің клиентке бағытталған терапиясы клиенттер кездесетін кең ауқымды практикалық мәселелерді шешуге қабілетті: кәсіби мәселелер, отбасылық мәселелер, психосоматикалық

бұзылулар және т.б. Өткен жылдарда терапевтер өздерінің жеке клиенттерімен қалай жұмыс жасайтындығын байқады «Тереңдік пен тереңдіктің ұзақтығы, тұлғаның ұйымына көбірек әсер етіп, оны түрлендіру». Статистикаға қайта оралсақ, автор келтірген деректерді қосуға болады: «егер он жыл бұрын директивалық емес әдісті қолданатын кеңесші әр клиентпен орта есеппен 5-6 сауалнама жүргізсе (өте сирек 15), бүгінде клиентке бағытталған тәсілдің арқасында 15-20 сұхбат (сирек кездеседі) көрсеткіш 100-ге жетеді)». Роджерстің айтуынша, кеңесшінің шеберлігінің арқасында болады. Карл Роджерс проблемалы балалармен ойын әрекеттесуіндегі клиенттік терапияның тиімділігіне тоқталды. Осы саладағы жұмыста автордың ұстанымына сәйкес сөздік қатынас көбіне минимумға дейін азаяды, ал кейбір жағдайларда біз оның мүлдем жоқтығын байқаймыз. Мұндағы ең маңызды мәселе - топтық терапия (айтпақшы, бұл проблемалы балалармен ғана емес, ересектермен де жақсы нәтиже береді). Оның әсері серіктестің әрекеттерін көрнекі мысал ретінде байқау болып табылады.

Фрейд заманынан бастап психоанализ айтарлықтай өзгерістерге ұшырады. Егер ертедегі психоаналитиктер пациент үшін ең жақсысы «жолдан шығу» деп санаса және трансферттің «бос экран» фонында терапияны сәтті алға жылжыту үшін қажет болған күйзелісте дамуына мүмкіндік береді. Сонымен, бүгінде терапевт пен клиент арасындағы терапия процесінде туындайтын жаңа қатынастар бірінші орынға шығады. Өздеріңіз білетіндей, 19-ғасырдың 40-жылдарына дейін терапия саласында психоанализ басым болды, гуманистік революцияның негізін қалаушы Карл Роджерс бұл дәстүрге шешуші түрде қарсы шықты. Ол психоанализ үшін әдеттегі бейтараптылықтан түбегейлі ерекшеленетін клиникалық қатынасты ұсынды. Роджерс терапевт эмпатиялық және шынайы болуы керек деп жариялады. Сондай-ақ, ол клиентке қатысты соттан тыс позитивті қатынасқа ие болуы керек. Психоаналитиктердің Роджерске деген көзқарасы мен пікірталас кезеңіне қарамастан, бүгін Роджерстің «терапевт пен клиенттің арасында туындайтын нәзік қарым-қатынасты орнатуға көп көңіл бөлу керек...» деген сөздері ешкімді таң қалдырмайды.

Карл Роджерс терапевтік қарым-қатынастың бірнеше аспектілерін бөліп көрсетті:

1. «жылу мен жауаптылық»
2. «сөз бостандығын қамтамасыз ету»
3. «терапевтік әңгіме белгілі бір шеңберде дамиды»
4. «кез-келген қысымнан немесе мәжбүрліктен босату».

М.Кан айтқандай: «ол терапевт пен клиент арасындағы қарым-қатынастың сапасы туралы терапевттің алаңдаушылығын заңдастырды». Бір қызығы, Роджерс діни қызметкер болғысы келді, тіпті Нью-Йорктегі діни семинарияда оқыды. Оның негізгі өмірлік мақсаты рухани көмекке мұқтаж адамдарға көмектесу болды. Роджерстің дінге деген бейімділігі оның көзқарасынан байқалады. Ол «адамға махаббат керек» деген пікірде болған. М.Кан Роджерстің терапевтік зерттеулер саласындағы монументалды үлесін

«оның терапияға айнымалы сүйіспеншіліктің нақты енгізілуін түсіну» арқылы бағалауды ұсынады. «Сүйіспеншілік» сөзімен Роджерс ежелгі гректер агапе деп атаған мағынаны білдіреді. Агапе (грек. Агапе - көршісіне деген сүйіспеншілік; латынша - caritas) - христианға дейінгі дүниетанымда эроға немесе «жалынды сүйіспеншіліктен» айырмашылығы белсенді дарынды махаббатты білдіретін ұғым. Ертедегі христиандық рәсімдер шеңберінде Евхаристің тағзым кешке орындалды (демек, агапе - «махаббат кешкі асы» немесе соған ұқсас - «соңғы кешкі ас»). «Алғашқы христиандардың басқосулары «Иеміздің жақтаушылары» деп аталды, олар Иемізбен байланыс жасау мүмкіндігін қарастырды немесе «сүйіспеншіліктің жақтаушылары», бұл сенушілердің арасында бауырластық қарым-қатынасты қабылдады». Агапе сүйіктісін қуанту ниетімен сипатталады. Мұндай сүйіспеншілік ештеңе талап етпейді, тек сүйіспеншілік объектісінің өсіп-өркендеуін қалайды. Агапэ - бұл өсіп келе жатқан махаббат, сүйіспеншілікке, анықтама бойынша, сүйген адамға ауыртпалық түсірмейді.

Рухани сүйіспеншілік біздің адам рухымыздың тереңінде ғана болады. Бұл махаббат басқаларға риясыз қамқорлық жасайды. Бұл Роджерстің клиенттерге айтқан көзқарасы. Ал егер христиандық «махаббат діні» деп аталса, онда Роджерс терапиясы «махаббат терапиясы» деп аталады. Ол «нақты терапевт жеке тұлғаның қай теориясын ұстанатыны маңызды емес» деп есептеді. Егер соңғысы тәжірибені агапе-ке сәтті жеткізсе, онда клиент қажетті бағытта өзгереді. Терапевттің теориясы мен стиліне сәйкес келетін кез-келген нәрсе, егер агапе сәтті берілсе, жақсы болып қалады. С.Фрейдтің динамикалық теориясымен «сіңген» Карл Роджерс психоанализдің соққы алған жолымен жүрмегеніне қарамастан, өзінің жеке психотерапиялық тәсілін дамытқанына қарамастан, оның психотерапия мен психоанализге әсері өте зор болды. Рожериялық психотерапия жүйесі қарапайым философиялық алғышарттарға негізделген:

- а) адамдар табиғатынан еркін және мейірімді;
- б) пациенттер - бұл ең алдымен қайталанбас адам
- в) адамдармен дұрыс әрекеттесу терапиялық әсерге әкеледі.

Рухани сүйіспеншілік біздің адам рухымыздың тереңінде ғана болады. Бұл махаббат басқаларға риясыз қамқорлық жасайды. Бұл Роджерстің клиенттерге айтқан көзқарасы. Ал егер христиандық «махаббат діні» деп аталса, онда Роджерс терапиясы «махаббат терапиясы» деп аталады. Ол «нақты терапевт жеке тұлғаның қай теориясын ұстанатыны маңызды емес» деп есептеді. Егер соңғысы тәжірибені агапе-ке сәтті жеткізсе, онда клиент қажетті бағытта өзгереді. Терапевттің теориясы мен стиліне сәйкес келетін кез-келген нәрсе, егер агапе сәтті берілсе, жақсы болып қалады. С.Фрейдтің динамикалық теориясымен «сіңген» Карл Роджерс психоанализдің соққы алған жолымен жүрмегеніне қарамастан, өзінің жеке психотерапиялық тәсілін дамытқанына қарамастан, оның психотерапия мен психоанализге әсері өте зор болды. Роджерс психотерапиясы жүйесі қарапайым философиялық алғышарттарға негізделген.

Роджерс терапиясының мақсаты: Адам тәжірибесі негізінде қалыптасқан идеалды және нақты «Менді» үйлестіру. Нағыз «Мен» басқалардың бағалауына байланысты. Сессия барысында адамға әлеуметтік ортаның құлы ретінде сезінуді тоқтатуға көмектесу керек. Адам бірегей, мен болуға тиіс, еркін. Клиенттің қадір-қасиеті мен құндылығы бүкіл консультациялық процесте сақталады және байытылады. Роджерс клиенттің қатысу сезімін құруға қарағанда белгілі бір техникаларға айтарлықтай аз қызығушылық танытады.

Терапия процесінің элементтерін сипаттау үшін құрылтайшының өзін тыңдау жақсы: «Мақсаты адамның өсуі мен дамуы болып табылатын кез-келген жағдайда қолданылатын үш шарт бар.

Мұнда психотерапия тұрғысынан олардың қысқаша сипаттамасын ұсынамын:

Бірінші элемент - бұл шынайылық немесе үйлесімділік. Клиентке қатысты терапевт өзі неғұрлым көп болса, соғұрлым ол клиенттен оның кәсіби немесе жеке қасбеті арқылы қоршалмайды, соғұрлым клиент өзгеріп, конструктивті түрде қозғалады. Нақтылық дегеніміз - терапевт қазіргі кезде болып жатқан сезімдер мен көзқарастарды ашық түрде сезінеді. Соматикалық деңгейде бастан өткерген, ақылда ұсынылған және клиентке білдірілген нәрсе арасында сәйкестік немесе сәйкестік бар.

Өзгерістерге қолайлы климат құру үшін екінші маңызды көзқарас - қабылдау, күту немесе тану - клиентке сөзсіз жағымды көзқарас. Терапевт қазіргі уақытта клиенттің кім болғанына қарамастан, клиентке деген жағымды, сотсыз, қабылдауды сезінгенде, терапевтік алға жылжу немесе өзгеру ықтималдығы жоғары. Терапевт қабылдау клиентке кез-келген жедел тәжірибеде болуға мүмкіндік береді - ұялу, ашу, ашу, қорқыныш, ашу, батылдық, сүйіспеншілік немесе тәкаппарлық. Бұл риясыз қамқорлық. Терапевт клиентті шартты емес, тұтас танитын болса, прогресс ықтималдығы жоғары болады.

Қарым-қатынастың үшінші жеңілдететін аспектісі - бұл эмпатикалық түсінік. Бұл дегеніміз, терапевт клиенттің басынан кешірген сезімдерін, жеке мағыналарын дәл қабылдайды және осы қабылданған түсінікті клиентке жеткізеді. Ең дұрысы, терапевт өзгенің ішкі әлеміне соншалықты терең енеді, ол тек өзі білетін мағыналарды ғана емес, тіпті сана деңгейінен сәл төмен тұрған мағыналарды да анықтай алады. Тыңдаудың ерекше, белсенді түрі - мен өзгеріс енгізу үшін білетін ең күшті күштердің бірі».

Карл Роджерс психиатрия тарихына науқасқа бағытталған «Клиентке бағытталған терапия» деп аталатын терапияның авторы ретінде енді. «Мен әрдайым өзімнің идеяларыма, - деп баса айтты Роджерс, - уақыт бойынша, қабылдануы немесе қабылданбауы мүмкін нәрсе тұрғысынан. Күтпеген гипотезаларға ашық теорияда назар жеке тұлғаға және оның өміршеңдігіне бағытталған. Терапевттің міндеті - осы күштің іске қосылу шарттарын анықтау». Екінші жағынан, нақты тәжірибеде субъективті күйлер тұжырымдамаға дейінгі деңгейде олардың үздіксіз, түсініксіз болса да

ағымында байқалады. Алайда, нақты тәжірибенің жасырын элементтерінен айқын мағыналар туындайды. Көптеген эксперименттік клиникалық әдістерді қарап шыққаннан кейін, Роджерс нақты нәтижелерді бекіту тәжірибе объектісі мен объектісі арасындағы алшақтықты арттырады деген қорытындыға келді. Қорытындылар стереотипті және тұлғасыз, өткенге тиесілі сияқты. Терапия бірден сезілетін нәрсе ойға алынғанмен сәйкес келетін тәжірибелік континуумда тиімді. Осы сатыдағы субъективті - қабылданған және интеграцияланған тәжірибенің балқу процесінде. Өзіндік, өзін-өзі қабылдау ұғымы осылай өзгереді. Біз өзімізге және басқаларға ұнайтын белгілі бір имиджді, әдетте, сыртқы құндылықтарға сүйене отырып жасаймыз. Соңғысы әдейі өсіргенде, көбінесе олармен үйлеспейтін тәжірибелерді жояды. Мұндай өзіндік имидж қаттылықпен, пластикасыздықпен және бұрмаланумен сипатталады, бұл адамды осал етеді, келісімділік пен адекватты сезімдерден айырады. Мысалы, студентті емтихан алдында жауапсыз қорқыныш билейді: ол университет ғимаратына кіріп, комиссия орналасқан үшінші қабатқа көтерілуден қорқады. Терапевт мұндай құбылыстарды назардан тыс қалдыра алмайды, дегенмен бастапқы ұстаным - бұл өзінің санасының сенімділігі мен үйлесімділігі, оған деген сенім ешқашан жоғалтпайды. Терапевт пациенттің тәжірибесінің барлық аспектілерін, әрине, ешқандай шешім шығармай, оларды жағымды түрде бастан кешіреді. Ол пациенттің жеке әлемін өзінің өміріндей сезініп, бірақ өз өмірін ұмытпастан, басқа біреудің тәжірибесіне эмпатия қағидаты бойынша енуге тырысады. Дәрігер өз қорқынышына, ашулануына, ыңғайсыздығына ерік бермей, өзгенің ашуын, қорқынышын, қорқынышын сезінуге міндетті, бірақ пациенттің оң реакциясына қол жеткізу бірдей маңызды.

Тақырып №8. Аналитикалық психологиядағы психотерапиялық динамикалық бағыттар

Жоспар:

1. Аналитикалық психологиядағы динамикалық бағыттар
2. Патогенетикалық психотерапия. Жанұямен жүргізілетін психотерапиялық жұмыстар
3. Психодинамикалық бағыттарды қайта құру. Альфред Адлердің жеке адам теориясы
4. Трансактілі талдау
5. Гештальт-терапия
6. Когнитивтік психотерапия
7. Фокустық психоанализ
8. Альберт Эллистің РЭТ-сы
9. Психоанализ. Психодрама
10. Нейро-лингвистикалық бағдарламалау

Негізгі ұғымдар: психоанализ, патогенетикалық психотерапия, жанұямен жүргізілетін психотерапиялық жұмыстар, психодинамикалық бағыттарды қайта құру, Альфред Адлердің жеке адам теориясы, трансактілі талдау, гештальт-терапия, когнитивтік психотерапия, фокустық психоанализ, Альберт Эллистің РЭТ-сы, психодрама, нейро-лингвистикалық бағдарламалау.

1. Аналитикалық психологиядағы динамикалық бағыттар

XX ғасырдың басында өркендей бастаған ғылым мен өндіріс-экономиканың талаптарына орай сана (интроспектік) психологияның дағдарысы болды. Оның субъектив әдістері қоғамның объектив қажеттіліктеріне сай келетін ұсыныстарға шамасы жетпеді. Осыдан психология зерттеулерін жаңа объективті әдістер тұғырына орнықтыру жолдары іздестіріле бастады. Сондай-ақ сол кезде Францияда кең тараған невропатология және психиатрия саласындағы зерттеулердің нәтижесімен де байланысты болды.

Психологияның қарқынды дамуына Ч. Дарвиннің эволюциялық тағылымы үлкен ықпал етті. Бұл ілімге орай барша психологиялық дүние қоршаған орта мен тіршілік иесінің икемдесу әрекетінен ажырасуы мүмкін емес деген тұжырым орнықты. Эволюциялық теория ықпалында интроспекция әдісін (үңіле тану) қолдану мүмкін емес бала мен хайуанат психикасын зерттеу етек алды. Осылайша әр түрлі ықпалдар мен жағдайлар ғылымда бірнеше жаңа психологиялық теориялардың туындауына себепші болды.

Бихевиоризм – XX ғ. американ психологиясының басты бағыты- ол психологияның мақсаты сананы тану емес, әрекет- қылықты зерттеу деп білді. Бихевиоризм теориясы негізінде адам мен хайуанаттардың әрекет- қылығы – сыртқы орта әсеріне (стимул) болған организмнің кері (сөз, эмоция арқылы) жауаптарының жиынтығы деген ұғым жатыр. XIX- XXff. тоғысында бихевиоризм психологиясы жануарлар психикасын эксперименттік талдауға салу нәтижесінде пайда болды. Адам психикасын зерттеуде қолданылатын өзін- өзі бақылау тәсілін пайдалану мүмкін болмағандықтан, эксперимент жасау әдісі іске қосылды. Бұл әдісті бихевиоризм адам психикасын зерттеуге де қолданды. Бихевиоризмнің жалпы әдіснамалық алғы шарты позитивизмнің принциптерінен шығады. Осы принциптерге сәйкес ғылым тек бақылау жүргізіп отырған затын баяндауы тиіс, ал бақылауға тікелей берілмеген мәліметтермен ішкі механизмдерді талдау алдамшы болады.

Бихевиоризм психологиясы сананы емес, әрекет- қылықты зерттеу керек деген негізгі тезис тұжырымдады. Бихевиористер сана деп адамның тек басынан кешкен субъективті мағлұматтар жиынтығын айтады. Сана сыртқы дүниені бейнелейтін мидың нақты қызметі екенін олар мойындамайды, психиканың материалдық субстратын құрайтын ми физиологиясына қарсы шығады. Бихевиоризм теориясын қалаушы – Э. Торндайк, бағдарламасын жасап «бихевиоризм» терминін енгізген Дж. Уотсон. Бихевиоризм

тағлиматының кризистік халге жетуі- сана, ойлау, ерік сияқты негізгі ұғымдарды психологиядан шығарып тастап, психиканың әлеуметтік жағын ескермеуінде.

Гештальтпсихология (нем.- гештальт- бейне, құрылым, біртұтас форма) – ХХғ. бас кезінде Германияда пайда болған идеалистік психологияның бір бағыты. Басты өкілдері: м. Вертхаймер, В. Келлер, К. Кофман, К. Левин. Гештальтпсихология механикалық жаратылыстану ғылымының жалпы дағдарысқа ұшырауына байланысты ассоциативті психологияға қарсылық білдіру рухында туды. Гештальттылар «элементтер психологиясына» қарсы әрбір психологиялық процестің біртұтастығы мен өзіндік сапасын жақтады. Олар тұтастықты (гештальт) элементтерден тіпті өзгеше жаңа, өзінің ішкі өандылығынан туып, өзгеріп отыратын, түсіндіріп болмайтын, тек баяндауға ғана келетін құбылыс деп пайымдайды. Гештальтпсихологияның тұтастық идеясы динамикалық ситуация мен оның формальді құрылымның бір бүтіндігі негізінде іс жүзіне асырылды. «Гештальт» ұғымын енгізген - Эрен- Фельд. Гештальтпсихологияның ерекшелігі – психологиялық құбылыс- бейне мен оны туындататын нақты әрекет арасындағы байланысты жоққа шығарғандығы. Гештальттылар ұғымы бойынша бейне (образ) тек өз заңдылықтарына бағынатын ерекше мәнді құбылыс саналады, оның нақты заттық дүниемен байланысы сыр күйінде қала береді.

Генетикалық психология. Швейцария ғалымы Ж. Пиаже генетикалық психология ғылымының кең өріс жайған бағыттарының бірі. Өз зерттеулерінде ғалым бала ақыл- есінің қалыптасуына назар аудара отырып, ғылыми психологиядағы зерттеулер бала интеллектінің дамуын байқаудан басталып, сол арқылы ересектердегі интеллект табиғаты мен қызметін білуге болады деген. Пиаженің негізгі міндеті адам интеллектінің құрылымын зерттеу. Осы құрылымды ол қарапайым органикалық тіршіліктің эволюциялық даму барысында жеткен нәтижесі деп білді, яғни интеллектік күрделі ақыл- естің жай психикалық элементтерден құралатынын дәлелдемекші болды.

Пиаже тұжырымының ең үлкен қатесі- баланың біртұтас дамуын ескерместен, ақыл- естің өрістеу тұғырын интеллекттің өзінен іздеді, ал сананы дамытушы факторлар арасында ол қоғамдық тарихи әрекет болмасына ешқандай орын қалдырмады.

Пиаженің теориялық тұжырымдары жоғары деңгейдегі ойлау қабілеттерінің көзі өткендегі ой мүмкіндіктерінде болатынын дәлелдеп бақты. Ой қабілеті өзінен- өзі кемелденбейтінін, ал даму адам қасиеті екенін, сол адамның адамгершілік қасиет қатысымен шындалған сайын оның санасының жан- жақты дамып, ойлау дәрежесінің көтерілетінін тіпті көре білмеді.

Генетикалық психология зерттеулеріндегі ең үлкен олқы- кемшілік: интеллект даму деңгейінің бірінен екіншісіне өтуде оқудың маңызы орынды бағаланбай, әлеуметтік қоғамдық фактордың жеке адам қалыптасуындағы мәні жоққа шығарылды.

Фрейдизм. Негізін австриялық психолог З. Фрейд қалаған, жеке адамның жан төркінін, дамуын **иррационализм** (саналы дәлелі жоқ) мен **мистика** (тылсым құпия) сияқты психологиялық факторларды саналы әрекетке тікелей қарсы қоюмен дәлелдеуге тырысқан психологиялық бағыт. Алғашқы есі ауысу сырқатына тап болғандарды емдеу мен олардың сырқатының табиғатын түсіндіруге бағышталған бұл ілім кейін адам жөніндегі жалпы тағлимат дәрежесінде ұсынылды. Фрейдизм ілімінің негізгі сарыны: адам табиғаты астар санадағы психологиялық күштер (олардың ішіндегі ең бастысы **либидо** (жыныстық құмарлық)) мен сол адамға жау әлеуметтік ортада тіршілік сақтау қажеттігі арасындағы мәңгі өшпес кемістік пен арпалыста дамиды, қалыптасады.

2. Патогенетикалық психотерапия. Жанұямен жүргізілетін психотерапиялық жұмыстар

Жанұялық психотерапия – жанұядағы қарым- қатынасты жақсарту мен оның мүшелерінің психикалық денсаулығын қалыпқа келтіру әдісі ретінде қарастырылады. Ол келесі этаптардан тұрады:

1. жанұядағы зерттеу;
2. жанұялық талқылаулар;
3. ауру мен ата- аналарының психотерапиясы.

Бірінші этап – **жанұялық психотерапия** ертеден белгілі. Ол жанұялық диагнозбен ерекшеленеді, яғни жүйелік анализдің негізінде психопатологиялық, тұлғалық, әлеуметтік-психологиялық жанұядағы зерттелінушінің осындай ерекшеліктері ескеріледі.

Зерттелуде дәрігер, ауру адам және ата- анасы кіші топты құрайды, яғни олардың қарым-қатынастары психотерапияның келесі процестеріне әсерін тигізеді. Біріншіден, қатысушылардың дәрігерлік көмекке деген ұстанымдарына байланысты. Көпшілік ата- аналар балаларымен конфликтілік жағдайда болып, дәрігер баласына өз талаптарын орындауға мәжбүрлейді деп ойлайды. Сондықтан дәрігер жанұялық қарым- қатынастың прогрессивтік дамуына конфликтіге қатысушылардың әрбіреуіне түсінушілікпен қарауы тиіс.

Жанұялық талқылаулар – екі ата- анасымен баланы емдеу туралы қажеттіліктерінде кері қарым- қатынасты тудыруға әкеледі. Емдеуге деген қарым- қатынаста барлық ата- аналарды екіге бөліп қарастыруға болады. Біреулері жүйкелі- психикалық денсаулығына, яғни балаларының денсаулығына, жағдайларына аландауға болады.

Мұндай рөлдерде анасы өзі неврозбен зардап шегетін және баласының ауру болғанына әдетте өздерін кінәлап, оларды кінәлі сезімі басым болып келеді. Ал екіншілері тек қана мамандардың айтуы бойынша ғана балаларын әкеледі, сондай-ақ олар өздерінің жауапкершіліктерін мүлдем сезінбейді. Бұл ата- аналар тек қана дәрігердің ұсыныстарына сүйенеді.

Жанұялық психотерапияның жұмысын күрделендіретіндер, яғни ата- аналарының параноялды бағыттаулары, яғни **авторитарлы,**

истериялық және эгоцентрлі тұлғаның қорғаныс белгілері, эмоционалдық алаңдауға мүмкіншіліктері жоқтар, «товарлы феминизм», ойлаудың төменгі деңгейі, шыдамсыздық және мінез-құлықтарының тұрақсыздығымен сипатталады. Мұндай ата-аналар – психотерапевтілікке сенімсіздікпен қарайды, дәрігердің әрекетін, психологиялық емдеу әдістерін қабылдамайды.

Авторитарлы ата-аналар психотерапияның тактикаларын алдын-ала өздері анықтауға бейім болып келеді.

Параноялды бағытталатын ата-аналар сияқты, бұлар да дәрігерге талап қойғысы келеді. Бір дәрігерден екінші дәрігерге ауысып, «ғажайып әрекетті» дәрігерді іздеу жолында болады. Және өздерінің қарым-қатынастарын өзгерте алмайды. Бұлар да истериялық белгілері бар ата-аналар сияқты, яғни өздеріне, көп зейін аударуды талап етеді. Балаларына керек зейінді өзіне аудартады, сонымен қатар олардың көзқарастары бойынша неғұрлым тиімді психотерапияның «гипносуггестивті» әдістерді таңдайды.

Науқастың психологиясы. Кез келген дерт, былайша айтқанда, соматикалық ауру организмге қосымша құн ретінде әсер етеді. «Қазіргі көзқарас бойынша, ауру дағдарыс ретінде қаралады» (И.Харди, 1972, Будапешт). Соамтикалық ауруы бар адамның психологиясы сау адамның психологиясынан өзгеше.

Бұл сырқатқа ұшыраған адамның орталық нерв жүйесіндегі өзгерістер төмендегідей болады:

1. Инфекцияның тікелей әсерінен мидың зақымдануы;
2. Ішкі мүшелер мен интерорецепторлар қызметінің өзгеруі салдарынан болатын рефлекторлық реакциялар;
3. Жеке адамның ауруға деген реакциясы. Бұл өзгерістер аурудың «қалыпты» деген психикасын өзгертеді. Мәселен, тыныс алу органдары уланғанда адамның ықыласы төмендеп, ұйқысы бұзылады.

Жүрек – қан тамырлары ауруларына ұшыраған адамның көңіл күйі төмендеп, ашуланшақ болып, интерорецепцияның патологиясына байланысты көңілсіз ойлар ұялайды. Жеке адамның ауруға деген реакциясы ерекше назарды талап етеді. Бұл ерекшелік жеке адамның ауырғанға дейінгі жағдайына, өмірлік тәжірибесіне, мамандығына, жасына және басқа себептерге байланысты.

Өткен тақырыптарда ауруды қалыпты деп бағалау, ауруды ескермеу, ауруды асыра бағалау сияқты теріс көзқарастардың болатыны анықталған – ды. Ал ауруға деген қалыпты көзқарас оны жеңуге ыңғайлы жағдай жасайды. Ауруды ескермеу уақытымен диагноз қоюға әрі оны емдеуге зардабын тигізеді. Ауруды асыра бағалау да зиянды. Бұл жағдайда адам қауіпті ауру туралы ойдан арыла алмайды. Өз ауруы туралы қалыптан тыс алдағы жағдайын елестетіп, қиялдайды. Мұны ипохондриялық қайғыру дейді.

Ауруға деген теріс көзқарастың төмендегідей түрлері болады.: 1) Агрессия – аурудың белгілері мен ауру адамның шығымын күшейту. 2) Симуляция – жоқ ауруды әдефі бар деп мида бейнелеу. 3) Диссимуляция – аурудың өзін және оның белгілерін жасыру. Агрессия мен симуляция – сот

– психиатриялық, еңбек – дәрігерлік және әскери сарап практикасында кездеседі.

Соматикалық ауруға душар болған адам психологиясы сау адамға карағанда өзгеше болады. Ауырған адам ауруына адам аурына және оның зардабына да қайғырады. Дәрігерлік емдеуден кейін бұл ой сейіледі. Мұндай жағдай әсіресе ауруханаға түскенде байқалады.

Ауру баланың психологиясы. Әр түрлі соматикалық аурулармен ауырған баланың психикасында қалыпты өзгерістер байқалады. Аурудың алғашқы белгілері байқала бастағанда қызуы көтеріліп, денесі бөрткенде сәбилердің эмоциялық күйі төмендеп, олар жылауық және қыңыр болады. Ауырған бала бейжай күйге түсп, мазасызданады, өз ауруын сөзбен жеткізе алмайды. Мектеп жасындағы балалар, әсіресе төменгі класс оқушылары ауырғаны не көңіл күйінің нашарлығы туралы шағым айтпайды. Бұл мәліметтерді тек дәрігер сұраған кезде білуге болады. Балалардың соматикалық ауруындағы психикалық өзгерістер орталық жүйке жүйесінің тікелей улануымен не патологиялық себеппен байланысты. Балалар аурудың болашақ зардабын талдай алмайды.

3. Психодинамикалық бағыттарды қайта құру. Альфред Адлердің жеке адам теориясы

Психотерапияның ғылыми теориялық негіздеріне сүйене тырып терапевт психологтың алдына келген адамның өз проблемаларын шеше білуге үйрете білуге және жинақтаған тәжірибесіне сүйене отырып, кез – келген өмір сопақтарына төтеп бере алуға үйретуде рөлі айрықша. Әсіресе, қоршаған ортаны нақты қабылдау мен сол ортаның тәжірибелік аспектісіне қарым – қатынас арқылы қалыптасатын проблемеларға және оларды шешуге ерекше көңіл аударылады. Адамды сендірудің негізі нақты шындықты қабылдауына байлынысты психика мен мінез – құлық бұзылуларының тәуелділігі. Терапиялық көмектің мақсаты субъектінің бастапқы регидтті және дисфункционалдық перцептивті – реактивті позициясынан икемді регидсіз және үлкен перцептивті реактивті мүмкіншіліктеріне көшуіне көмектесі. Кез – келген қалыптасқан жағдайларда субъектінің реакцияларына (икеімді болу, проблемеларды шеше алатын жағдайда болу, регидтті болмау, бұрынғы қателіктерді болдырмау) жағымды әсер ету. Себебі регидтті перцептивті реактивті жүйе көп жағдайларда қайталанып отырады және кез – келген іс - әрекетте өз ізін қалдырады. Бұндай жағдайдан шығу үшін тренингтік жаттығулар жүргізіп жағымды көңіл күй орнатып аландататын ойлардан алшақтату. Мысалы: тоғыз нүктелерді қолды қағаздан көтермей бір мезгілде төрт түзу сызықпен қосу:

.....
.....
.....

Психотерапевт субъектінің тәртібі мінез құлығы және елестетуіне тікелей әсер етуді коммуникациялық тиімді әдістері мен стратегиялары арқылы өз қолына алады. Психотерапиялық әдістердің негізін білу үшін қазіргі психодинамикалық бағыттарға көңіл бөлу өте маңызды: логотерпия, гештальттерапия, трансакталды, рациоанльды – эмотивті терапия, Адлердің жеке адам терапиясы және т.б. Психотерапияның теориялық ерекшеліктерінде А.Адлердің индивидуалды психологиясы немесе Адлерияндық психология – жеке адамдық творчестволығымен жауапкершілік бар алдығы ұмтылушы ретінде қарастырылады. Адлер адамның өмірі көңіл – күйіне байланысты емес дегенді тұжырымдайды. Егер психикасында патологиясы болса ол ауру емес, тек өз - өзіне сенімін жоғалтқан. Терапиялық шаралар адамның әлеуметтік қызығушылығына қарым – қатынас арқылы белсендіру, жаңаша өмір сүру шараларының жаңа әдістерімен оларды талдау арқылы әсерету деп қарайды. Адлер ілімінің негізгі ерекшеліктері:

1. Кез – келген адам белгілі бір ортада туады және онымен қарым – қатынасқа түседі. Әлеуметке қатысты мінез – құлық қалыптасады.

2. Индивидуалды психология – адам арасы психологиясы. Индивидтер бір – біріне әсер етеді. Адлердің айтуы бойынша, әрбір адам өзін әлеуметтің бөлігі ретінде қабылдауы. Қоғамдық өмірге өзіндік өзгеріс енгізу әр адамның қоғамдық өмірге қосар үлесі.

3. Адлердің психологиясы редукационизмнен гөрі хомизлас ерекше көңіл бөледі. Өз зерттеулерінде Адлеризм (психология) психологиясы адамның тұтастығын өмір бойғы шараларына ерекше көңіл аударса адамның жеке функцияларына көп мән бермейді: Мысалы: «саналы», «санасыз»; «сана мен дене», «амбиваленттілік» және «конфликт». Яғни адамның саналы және санасыз әрекеттері бір – бірімен байланыспайды.

4. Адлердің пікірінше «саналы» және «санасыз» әрекеттер мақсатқа жету үшін ғана керек.

5. Адамды түсіну үшін өмірінің когнитивті ұйымдастырылуы мен малтын түсіну жеткілікті. Өмір сүру салты сендірумен байланысты, себебі, сендіру – қабылдаудың нәтижесі, сондықтан өмір сүру салты дұрыс не бұрыс болмайды – адам нені көрсе, соны қабылдайды. Адамды түсінудің негізгі құралы объективті баға емес, керісінше субъектілік.

6. Адамның мінез – құлығы өмір бойы жағдайларға байланысты өзгеріп отырады. Өмір сүру салты өмір бойы тұрақты болып қала береді, ал сендіруді психотерапияның көмегімен өзгертуге болады.

7. Адлер концепциясы бойынша адамды тұқымқуалаушылық пен орта немесе себептер айқындалмайды. Адамдар өздері таңдаған мақсаттарына ғана ұмтылады. Адам жанының өмірі тек қалыптасу.

8. Адамның тіршілікке ұмтылысы әртүрлі: аяқтау, жету, асып кету, өзін - өзі жетілдіру, компотенттілік және үстемдік. Егер ұмтылу жеке адамның ерекшеліктерін ұлғайтуға бағытталса, Адлердің пікірінше, бұл әлеуметтік құндылығы жоқ, психикалық проблемелардың көрінісі. Ал ұмтылу өмірлік

проблемеларды ұзартуға басғытталса, индивидтең өзін - өзі жеітлдіруге ұмтылысын көрсетеді.

9. Индивидтің өмір сүру барысында көптеген альтернативалар көп.

Адлериян психологиясын (индивидуальды психологиясы) – Альфред Адлер жасаған. Тұлға және терапевтік жүйе теориясы – шығармашылығы, жауапкершілігі, өзінің феноминологиялық бағытталғандылығы бар тұлға ретінде қарастырады. Индивидуалды психология өз-өзін кем сезіну сезімінен, өмір стилі өз-өзін жою күшіне ие болуы мүмкін деп тұжырымдайды.

«Психопатологиясы» бар индивид мүмкін ауру емес, ол тек өз-өзіне сенімділікті жоғалтқан шығар және мұндағы терапевтік міндет: мұндай адамды шабыттандыру керек, әлеуметтік қызығушылықтарын белсендіру қажет, қарым-қатынас, талдау және әрекет әдістері арқылы жаңа өмір стилін дамыту.

Адлердің негізгі болжамдарын келесідей көрсетуге болады:

- Кез келген қылық-әрекет әлеуметтік ортада пайда болады. Адам белгілі бір ортада пайда болады және сол ортамен өзара қарым-қатынасқа түседі.

- Индивидуалды психология – тұлғааралық психологиясы. Индивидтер басқалармен өзара әсер ету мәселелерінің бірі.

- Адлердің психологиясы редуccionизмнен бас тартып, хализманы жөн көреді. Адлериандықтар өз зерттеулерінде назарының негізін тұлғаның толық зерттеуіне бағыттайды, бөлек функцияларына қарағанда өмір барысындағы жалпы іс-әрекеттеріне көп көңіл бөледі. Бұл жалпы тұлғаның субъективті уайымдарын есепке алмағанда, «саналық» және «санасыздық», «сана» және «тән», «жазындау» мен «алшақтау», «амбеваленттілік» және «конфликт» сияқты қарама-қарсы мағыналардың маңыздылығын жоғалтуына әкеліп соғады. Яғни, адамдар психиканың саналы жағы бір бағытта, ал санасыз жағы басқа жаққа қарай бағытталға, сияқты өздерін ұстайды. Сыртқы бақылау бойынша барлық функциялардың бөліктері негіз функциялар ретінде көрсетеді., олар индивидтің өмір стиліне және мақсатына бағындырылған.

-Саналылық та, санасыздық та индивидке қызмет етеді. Ол оларды өзінің жеке мақсаттарын жүзеге асыру үшін қолданады. Адлер санасыздықты затын білдіруші емес, сынын білдіруші ретінде қарастырады. «Конфликт», «бір адым алдыға, бір адым артқа» ұғымымен сипатталады, соның нәтижесінде индивид «тұрып қалған орталық» нүктесінде қалып қояды. Ол өзін конфликттердің әсерінен іс -әрекетке қабілетсіз сезінеді, ол шын мәнінде антагонистикалық сезімдерді ойларды, құндылықтарды ол өзі ойдан жасайды, өйткені ол өзінің мәселелерін шешу бағытына қарай әрекет етуге дайын емес.

- Индивидті ұғу үшін оның танымдық ұйымдасуы және өмір стилін түсіну керек. Соңғы концепция, өзінің тәжірибесін ұйымдастырып, жетілдіруге және де өзінің уайымдарын түсінуге, болжауға және басқаруға көмектесу үшін тұлғаның дамуы оның өмірінің бастапқы кезеңдерінде басталады деген пікірмен байланысты.

Пікір – бұл қабылдау нәтижесінде пайда болған қорытынды, қабылдаудың жөн болатын тәсілдерін анықтайды. Соған сәйкес, өмір стилі бұл

дұрыс та емес, қате де емес, қалыпты да емес, қалыпты емес те емес, ол құр ғана «балл» сол арқылы тұлға өзінің өмір стилін көреді. Сондықтан тұлғаны түсінудің басты құралы объективтілік болады.

- Адамның қылық-әрекеті ұзақ мерзімді мақсаттары да, өмір стилі де өмір барысында жағдайлардың талаптарына байланысты өзгеріп отыруы мүмкін, бұл өмір стилі салыстырмалы түрде өмір барысында бір қалыпта болады, ал пікір психотерапияның әсерінен өзгеруі мүмкін. Мұндағы психотерапия жалпы кабинеттен тыс жағдайларды да айтуға болады, өйткені өмірдің өзі көп жағдайда психотерапевтік болатынын факт ретінде ескеруіміз керек.

- Адлердің концепциясына сәйкес адамды итермелейтін себептер емес, яғни анықтайтын тұқым қуалаушылықта, қоршаған ортада емес. Адлер өздері таңдаған мақсаттарына қарай әрекет етеді, ал бұл мақсаттар арқылы олар бұл өмірде өз орын табады, оларға қауіпсіздікті қамтамасыз етеді және өз-өзін құрметтеу сезімін сақтайды. Өмір динамикалық талпыныс болып табылады. Адам жанының өмірі – бұл «тіршілік ету» емес «қалыптасу» болып табылады.

- Адам тіршілігінің басты талпыныстары әр түрлі сипатталған: аяқталғандылық, басымдылық, даралық, өз-өзін дамыту, өз-өзін маңызды ету, компоненттілік, билік. Мұнда бастысы талпыныс бағыты, ол үлкен маңызға ие. Егер талпыныс тұлғаның мерейін жоғарлатуға бағытталған болса, онда Адлер оларды әлеуметтік пайдасыз, кейбір жағдайларда психологиялық мәселелердің көрінісі ретінде қарастырады. Басқа жақтан қарастырсақ, егер талпыныстар өмір қиындықтарын шешуге бағытталған болса, онда индивид өз-өзін дамытуға, достық қарым-қатынастарды жақсартуға, әлемді өмір сүрудің ең жақсы жеріне айналдыруға талпынады.

- Өмір барысында индивид альтернативалармен соқтығысады. Адлердің ізбасарлары детерменистер болмағандықтан немесе детерменизмге үлкен мән бермегендіктен олардың пікірі бойынша, адам өз күшімен шығармашылықты, таңдаулы шешім қабылдай алатынына және де өзі қалайтын жеткісі келетін мақсаттарды таңдауға қабілетті. Ол пайдалы қоғамға өз септігін тигізетін мақсаттарды таңдауы мүмкін немесе керісінше өмірдің пайдасыз жағына бағыттауы мүмкін. Ол мақсатқа бағытталған болуы мүмкін немесе невратиктер тәріздес, тек өзін ғана, өзінің басымдылығы жайлы ойлап, өзінің жеке маңыздылық сезімін жамандық қорғауы да мүмкін.

- Таңдау еркі ұғымы психологияға құндылықтар және мағына ұғымдарын енгізеді. Бірақ адлериандықтар үшін ең маңызды мағынаға ие. «Әлеуметтік қызығушылық» термині. Адлердің айтуынша «әлеуметтік қызығушылық» бұл адамның туа біткен (немесе тым болмағанда жүре пайда болған потенциалды болып табылады) қасиеті, сонда да бұл критерийді қабылдау міндетті емес. Адлер басқалармен бірге тіршілік ету мен өзара әрекет етуге қабілетті. Ауыр психопатологияның өзінде де әлеуметтік қызығушылықтың толық жойылуы болмайды.

- Невротиктің сезімдері мына пікірден шығады, өмір мен адамдар қарсылас, ал ол болса өзін кем, қалыпты адам емес сезінеді. Нәтижесінде ол

мәселені тура шешуден қашқалақтайды, тұлғалық басымдылыққа оның өзіндік бағалауын қорғайтын құралдар арқылы жетуге тырысады: тым жоғары компенсациялық маска кию, бас тарту жолдары, нәтижесі нақты сәтті болатын тапсырмаларға ғана кірісу.

- Адлердің ізбасарларын процесстің өзі көп қызықтырғандықтан, диагностикалық терминологияға аз көңіл бөлінеді. Дифференциалды диагноз бен функционалды және органикалық бұзылулардың арасында көп, жағдайда мәселелер пайда болады. Кез келген қылық- әрекет мақсатқа бағытталған болғандықтан, психогендік белгіде психологиялық мақсаты болады, ал органикалық белгіде – саматикалық мақсат.

- Өмір біздің алдымызға өмірлік мәселелерді қояды. Адлер оның үшеуін атап көрсетті және басқалары жайлы да түсінуге және өзін ұғындыруға қабілетсіз. Соңында ол сол ортаның тілін, қылық-әрекетін меңгермегенше ол бұл жердегі өз жолын таба алмайтынын түсінеді. Ата-ана, аға-апайлары, құрдастары, қоғам институттары, мәдениет оған әсер етеді, оның әлеуметтенуіне көмектеседі. Одан күтілетіннің барлығын меңгермейінше, ол салыстырмалы түрде әлсіз, компитенсіз, пайдасыз болады. Өзін қоршаған ортасын бақылап, бағалап ол өзіне өзінің құндылықтарына, өзінің қоршаған ортасына, одан не талап етілетініне, «бұл жаңа әлемде азаматтық қалай алуға болатынына» байланысты әр түрлі ой қорытындыларға келеді.

Бақылау, зерттеу, байқап көру және қателесу, қоршаған ортадан қайтымды байланыс алу арқылы немесе жақсы, не жаман, қандай көз өарасқа ие болатынын, қандай жолмен ол маңыздылыққа ие бола алатынын зерттейді. Бала жанұя әсерінің пассивті мұрагері болып табылмайды, ол тек қабылдап, бағалап қана қоймайды, ол өзінің қоршаған ортасын өзгертуіне белсенді және шығармашылық түрде қатысады; өзінің аға-апайларын «тәрбиелеуде», өзінің ата-анасын «жоғарлатуда». Ол үлкен мәні бар дауысқа ие бір тұтастың бөлігі болғысы келеді. Әр бала маңызды болғысы келеді, бұл биологиялық, жүре пайда болған қабілеттерге байланысты емес. Бала өзіне танымдық карта, өмір стилін жасайды, бұл оған «кіп-кішкентайға» «үлкен» әлемді тануға көмектеседі.

Мосак өмір сүру стилі туралы пікірді 4 топқа бөлген:

1. Мен-концепциясы – бұл мен кеммін, өзінде бар өзі туралы пікірлер.
2. Мен – идеал (Адлер бұл неологизмді 1912 жылы шығарған) - өз орнымды табу үшін мен қандай болуым керек, маған қандай болу қажет пікірлер
3. «Әлем суреті» - мен болып табылмайтын (әлем, адамдар, табиғат т.с.с) және менен әлемнің не талап ететіні
4. Этикалық пікірлер – «дұрыс-дұрыс емес» жеке заңдар жинағы

Егер мен және мен-идеал арасында сәйкессіздік болса (мен аласамын, мен ұзын болуым керек) бұдан өзін кем сезіну сезімі пайда болады. Сол сияқты мен және «әлем суреті» сәйкес келмесе: «мен әлсізбін, ал өмір қателерге толы». Мұндай кем сезіну сезімдерінің алуан түрлілігі өз-өзінен «қалыпты еңбек» жағдайда болып табылмайды. Адлердің мына бақылауына қарсы шығу

қиын, өмір – бұл кемшілік сезімін сезіну деген сенімнің жоғалуы кем сезінушілік комплексі деп атар еді.

Өмір стилі – құрал болып табылғанмен, ол көбінесе санасыз болады. Өмір стилінде қылық-әрекеттік емес танымдық ұйымдасуы басым. Мысалға мына пікірді алайық: «Маған қозудың басым болуы керек актер немесе автожарысушы болу үшін». Бір өмір стилінде адам өзін пайдалы немесе пайдасыз әрекет етуі мүмкін. Адлериандықтардың айтуынша, психотерапияның мақсаты өмір стилін өзгерту, ал кеңес берушінің мақсаты қалыптасқан өмір стиліндегі қылық-әрекетті өзгерту болып табылады. Махаббатта басқа эмоциялар тәрізді танымдық негізі бар. Адамдар эмоциялардың, құмарлықтардың құрбаны емес. Адамдар эмоцияларды өздері жасайды, өздерінің мақсаттарына жету үшін біз басқа адамдармен жақындасқымыз келген кезде, байланыстыратын махаббат сезімін жасаймыз.

Психологиялық дені сау немесе қалыпты индивидум – бұл өзінде әлеуметтік қызығушылығын дамытқан, өзін өмірге және өмірлік тапсырмаларға арнаған. Ол өзінің энергиясын өмір қиындықтарымен жеңуге, өз-өзіне сенімділікпен, оптимистілікпен қоғам мүшесі болуға бағыттайды. Ол біледі кемшіліктері бар болса да, басқалар оны керек етеді, қабылдайды. Біріншіден оның мәдениеті деп аталатын жалған құндылықтардан бас тартады, оның орнына «әлеуметтік өмірдің логикасына» сай құндылықтарды таңдайды. Мұндай тұлға болмайды және психотерапия ондай жасамайды. Бұл тек Адлер жасаған идеалы, бірақ психотерапия арқылы осыған біраз болсын жақындай аламыз. Бірақ көптеген адамдар психотерапияның көмегінсіз-ақ бұған жете алады.

Терапия мақсаты пациенттің әлеуметтік қатынасты дамыту болып табылады. Бұған жету үшін терапияға жалған әлеуметтік құндылықтарды өзгерту де кіреді. Пациент қайта үйренуден өтеді, өзінің өмір стилін, өмірлік мақсаттарына қарым-қатынасын өзгерту. Онда ескі жолмен жүру немесе басқа бағытта жылжудың таңдау құқысы болады. «Кез келген жағдайда клиентте толықтай еркін таңдау құқысы болуы керек. Ол өзгеріс жаққа жылжуы мүмкін немесе одан бас тартуы мүмкін, бұл өз еркі». (Adler 1956) Ол өзіне деген қызығушылығы арасындағы таңдау жасауы мүмкін. Бұл үйрету процесі келесідей мақсаттарды көздейді.

- 1) Әлеуметтік қызығудың стимулдау (жоғарылату)
- 2) Кем сезіну сезімін төмендету, жабырқаулықты кетіру. Өзінің ресурстарын ұғыну мен оларды қолдану
- 3) Тұлғаның өмір стилін өзгерту
- 4) Қате мотивацияларды өзгерту
- 5) Индивидтің әріптестер мен құрбылар арасында өзін қатарлас сезінуіне көмектесу
- 6) Ортақ іске өз үлесін қосатын адам болып қалыптасуына көмектесу
- 7) Егер «студент» бұл үйретулердің мақсатына жетсе, онда ол өзін қоғамға жататындығын, өзін басқалармен қабылданғанын сезінеді. Ол өзін-өзі

қалай қабылдады басқалар да оны солай қабылдайды деп ойлайды. Белгілер кетеді және ол өзін сенімді, жігерлі, оптимистті, жақсы сезінеді.

Адлер бойынша психотерапиялық процесстің 4 мақсаты болады:

1) Қарым-қатынас – «жақсы» қарым-қатынастарды жасау және ұстап тұру

2) Талдау – пациенттің динамикасын, өмір стилін, мақсаттарын ашу және де олардың оның өміріне қалай әсер ететінін көрсету.

3) Алынған мәліметтерді интерпритациялау соның ішінде түс көруді оның кульминациясы инсайт болып табылады.

4) Жаңадан бағдарлану

Қарым – қатынас. «Жақсы» терапевтік қарым-қатынас – бұл тең қатарластардың арасындағы достық қарым-қатынас. Терапевт – адлериандық пен пациент бетпе-бет, орындықтары бір деңгейде орналасқан орындықтарда отыр, араларында үстем жоқ, өйткені бұл кедергілерді тудырады. Емделудің бастапқы кезеңінен пациенттің пассивті болмауы керек. Өйткені пациент терапевт белсенді роль атқарады. Терапия әріптестікті талап етеді, ал бұл ақылдасып қойылған мақсаттар болу керек деген сөз. Егер мақсаттар әр түрлі болса онда терапия орнынан қозғалмайды. Мысалы: пациент терапия керек емес деп ойлайды, ал терапевт керісінше терапия керек деп есептейді. Сондықтан алғашқы интервью кезінде тым болмағанда уақытша ортақ мақсаттарды қарастырып өту керек. Пациент терапевті жеңуді, оны өзінің қажеттіліктеріне бағындыруды қалауы мүмкін. Мұндай қақпандардан аулақ болу, бұл терапияның мақсаты болу керек. Пациент өзінің өмір стилін білдірткен кезде терапевтен басқалардан көрген реакцияларды тосады. Осыған байланысты онда терапевт оны дұрыс ұқпай тұр, оны дұрыс емдемей жатыр т.с.с. ойлар болуы мүмкін. Сондықтан терапевт байқатпау, растамау керек. Адлериандықтар бұны «белгілер» деп атайды, ал Эрик Берн «ойындар» деп атайды.

Анализ. Пациенттің динамикасын зерттеу екі бөлікке бөлінген. Терапевт алдымен пациенттің өмір стилін, содан кейін бұл өмір стилінің пациенттің өмірлік мақсаттарын жүзеге асыруға қандай әсер ететінін түсінуге тырысады. Барлық мәселелер өмір стилінен байланысты пайда болмайды. Көптеген адекватті өмір стилі барлық пациенттерде қиын жағдайға түскенде, олар өз күшімен шеше алмаған кезде мәселе немесе оның белгілері пайда болады.

Өмір стилін зерттеу. Оның өмір стилі қалыптасуына негіз болған пікірлердің қалыптасу шарттарын, яғни жанұя жағдайларын зерттеу; бала жанұяда қандай орын алғандығы жанұяда, мектепте, құрбы-құрдастар арасында өз орнын табу үшін қандай өмір жолынан өтті.

Келесі диагностика пациенттің ертеде есінде қалған естеліктерді интерпритациялау. Бұл естеліктер айқын емес, тіпті ойдан шығарылған болуы мүмкін. Ерте естеліктерді түсіну – бұл пациенттің өмірбаянын ұғу, өйткені пациент өзінің «өмір стиліне» сай. Өйткені оқиғаларды таңдап еске түсіреді.

Ерте естеліктердің жинағы – пациенттің өмірбаяны – пациенттің «базистік қателіктерінің» пайда болуын анықтауға көмектеседі. Өмір стилі –

жеке мифология тәріздес. Тұлға өзін мифтер шынайы болғандай әрекет етеді, өйткені оларға солай көрінеді. Мысалы, гректер Зевстің Олимптетұрады деп сенген және бұл шын болғандай әрекет ететін. Сонымен Зевс ойдан шығарылған, ал Олимп шынайы бар тау, мұндағы Зевс жалғандық, ал Олимп шындық. Сонда мифте «шындық» немесе «жартылай шындық» бар. Осылайша біз шындық пен мифті шатастырамыз, бұл базистік қателік болып табылады. Базистік қателіктер келесідей топтастырылуы мүмкін.

- 1) Тым жалпыланған: «Адамдар қарсы», «өмір қауіпті»
- 2) жалған немесе жету мүмкін емес: «Тағы да бір қате қадам жасалса, сен-өліксің», «Мен бәріне ұнамды болуым керек»
- 3) Өмірді және оның талаптарын қате қабылдау: «Өмір мған ешқандай демалуға үзіліс бермейді» немесе «Өмір сүру сондай ауыр»
- 4) Өзінің қабілеттерін кішірейту немесе жоққа шығару: «мен ақмақпын», «мен оған сай емеспін», немесе «мен құр ғана үй шаруасының адамымын».
- 5) Жалған құндылықтар: «бірінші болу керек, басқаларды мыжып өту керек болса да»

Сонымен қатар, терапевті пациент өзінің басымдылықтарын, қабілеттерін қалай қабылдайтыны қызықтырады. Түс көру. Фрейд бойынша ескі проблемалардың шешеуі қайта көру болып табылса, Адлер түс көруді проблеманы шешу болашаққа бағытталған деп есептеді. Адлериандықтар бойынша, егер біз ісімізді кейінге қалдырғымыз келсе, онда түсімізді ұмытпаймыз. Егер біз өзімізді өзіміз бір істен бас тартуды мәжбүрлесек, онда біз өзімізді жаман түстермен қорқытамыз. Түс көру емдеуде үлкен рөл атқарады, олар проблеманы алып шығады, пациенттің іс-әрекетінің бағытын көрсетеді.

Жаңадан бағдарлану. Жаңадан бағдарлану пациенті ақырын немесе белсенді түрде сендіру арқылы басталады, бұл оған жақсы болады деп түсіндіріп пациенттің қазіргі жағдайы оған «қауіпсіздік» береді, бірақ бақыт әкелмейді. Оған тәуекелге бару ұсынылады, «қауіпсіздіктің» бір бөлігін үлкен бақыт үшін, өз-өзін тәуекел еткісі келе ме? Бұл өте қиын жағдай.

Инсайт. Аналитикалық психотерапевтер инсайтта көбінесе басты мағына береді, «базистік өзгерістер» онсыз жүрмейді. Қылық-әрекет өзгерісінің алдында инсайт болу керек деген ұғым қате, бұл көп жағдайда емделудің тым ұзаққа саозылуына әкеледі немесе жағдайды ушықтырып жібереді.

Интерпритация. Терапевт – адлериандық инсайтпен бірге әрекет етеді. Интерпритация көмегі арқылы ол түс көруді, қиялды, қылық - әрекетті, белгілерді, пациенттің терапевтпен және басқа адамдармен трансакциясын интерпритациялайды. Интерпритация кезінде ол себепке емес мақсатқа, сипатына емес әрекетіне, қолданылуына емес қолдануына ерекше назар аудартады. Интерпритация – бұл терапевт пациенттің алдына ұстап тұрған айна, пациент өзін, өзінің өмірін қиындықтарды қалай жеңуде екенін көре алу үшін. Терапевт адлериандық пациент нәзік, әлсіз деп есептейді.

Басқа да вербалды техникалар. Адлериандықтар пациентті «ауру» емес, өз-өзіне сенімін жоғалтқан адам ретінде қабылдайды. Сондықтан олар пациенттің өз-өзіне сенімділігін жоғарлатады, «жақсылықты» ерекшелеп, ал негативтілікті кішірейтіп көрсетеді. Пациенттің үмітін қолдайды – бұның барлығы пациенттің үмітін қолдайды – бұның барлығы жағымды әсер етеді. Ол жүріп келе жатқанда сүрініп құласа, ештеңе етпейтінін, қорқынышты емес, ол қайта тұрып, жүре алатынын түсінеді. Терапия сонымен қатар пациенттің әрекеттік құндылықтарға әсер етеді, осылайша өмірге көзқарасты өзгертеді және оған жаңа бір мағына береді. Травмалық тәжірибені анықтау. Травма бастапқы кезінде мақсаттарға, күтулерге сенімдерге көп көңіл бөледі. Бұл жақсы нәтижеге әкелетініне проблеманы шешу, өзгерістерді жасау тек оған байланысты жауапкершілігін түсіндіреді.

4. Трансактілі талдау

Теория. Трансактілік анализ – Эрик Берн жасаған топтық және тұлғалық өсудің психотерапевтік әдісі. Берннің теориясы тұлға құрылымын талдауына негізделіп жасалған. ТА басты мақсаты тұлғалық өзгерістерге бағытталған. Бірақ жеке адамды түсіну мәселесі қарастырылмайды. Керісінше, ұғыну жеке адамның өзгеруіне негіз болды. өзгеру басқаша шешімдер қабылдап, оларды белсенді жүзеге асыруға бағытталған. ТА ілімінде терапия ұзақ болмауы керек және қысқа мерзімді терапияда жалғыз шешім емес. Сондықтан мәселенің негізін шешу мерзімі, уақыты ТА теориясына сай жүргізіледі. Негізгі мақсат: адамның мінез-құлқы, ойлары мен сезімдерінің арасындағы байланыстылықты анықтау. ТА теориясының негізінде бірнеше басты ойлар жатыр.

«Эго» – қалпы моделі. ТА негізі эго – қалпы модельі болып табылады. «Эго» – қалпы – бұл қазіргі уақыттағы біздің тұлғамыздың көріну тәсілі, ал бұл тәсіл қылық-әрекеттің, ойлардың, сезімдердің тәсілдерінің бір-бірімен байланысып бірігуі. Бұл модель үш әртүрлі эго – қалпын сипаттайды. Егер мен «қазір және осында» деген принцип ұстансам, бүкіл ересек адам потенциалын қолдансам, онда мен Ересек эго – қалпында болғаным. Кейде мен өзімді ата-анамды немесе ата-анамдай қабылдайтын басқа адамдар тәрізді ұстаймын, ойлаймын. Бұл жағдайда мен Ата-ана эго – қалпында боламын. Кейде мен балалық шақтағы сезімдерге, ойларға, қылық-әрекетке ораламын. Бұл жағдайда мен Бала эго – қалпында боламын. Осылай біз тұлғаның үш мүшелі эго – қалпын аламыз. Бұл модель тұлғаның қылық-әрекеттің, ойлардың, сезімдердің арасындағы нақты байланысты анықтауға көмектеседі.

Бейімделген Бала және Еркін Бала. Ересек адам бола тұра мен кейде, ата-анамның үмітін ақтау үшін бала кезімдегідей әрекеттерді істеймін. Бұлай істеген кезде мен бейімделген бала эго – қалпында боламын. Кейде балалық шағымда ата-анама айтқанына қайшы әрекеттер істейтінмін. Бұнда мен ата-анамның үміттеріне бейімделмейтінмін, керісінше қарсы шығатынмын. Мен өзімді өз қалауым бойынша ұстайтынмын. Бұл жағдайда мен еркін бала эго – қалпында боламын.

Позитивті және негативті Еркін Бала. Кейде балалық әрекеттерім пайдалы болады, сондықтан оны позитивті, ал керісінше пайдасыз болса, негативті деп атаймыз.

Қадағалаушы Ата-ана және Тәрбиелеуші Ата-ана. Мен бала болған кезімде менің ата-анам мені басқарып, қадағалайтын, олар маған не істеу керек, не істемеу керектігін айтып отыратын. Егер мен осылай әрекет етсем, ата-анамды қайталасам, онда мен Қадағалаушы эго – қалпында болғаным. Ал керісінше менің ата-анам мені қорғаштап, аялады. Мысалы, мен құлап қалдым да, тіземді ауыртып алдым. Егер мен осындай қылық әрекет көрсетсем, онда мен Тәрбиелеуші (қамқоршы) эго – қалпында болғаным. Біз эго – қалпының функцияларын екі жақты қарастырдық.

Позитивті және негативті Қадағалаушы және Тәрбиелеуші Ата-ана. Позитивті қадағалаушы тип адамның қамын, денсаулығын ойлауға бағытталған, ал негативті қадағалаушы басқа ата-аналық қалыптардан бас тартатын, басқа адамдарды мойындамайтын тип. Позитивті тәрбиелеуші ата-ана қамқор болады, көмек береді, көмек көрсетіп жатқан адамды сынайды. Негативті тәрбиелеуші басым болу позициядан көмек көрсетеді де, басқа адамдарды мойындамайды.

Ересек. Кез келген әрекет егер «қазір және осында» жағдайына реакциясы болса, онда ол ересек әрекет ретінде сипатталады. Джек Дюсей «эго» – қалпын сипаттайтын интуитивті тәсіл жасады, оны **эгограмма** деп атады. Дюсей константтылық болжауын ұсынды: «Бір эго – қалпы ұлғайған кезде, компенсация үшін басқалары кішірейу керек. Психологиялық энергия бөлінісінің өзгеруі кезінде жалпы энергия мөлшері бір қалыпта болады».

Функционалды модель көріп тұрған қылық-әрекет тәсілдерді классификациялайды, ал құрылымдық модель – есте қалғандылық пен стратегиялар.

Эрик Берн эго – қалпын танудың төрт тәсілін келтіреді:

қылық әрекет диагнозы,

элеуметтік диагноз,

тарихи диагноз,

феноменологиялық диагноз.

Қылық-әрекеттік диагнозда адамның қылық-әрекетін бақылау арқылы біз оның қандай эго – қалпында тұрғаны туралы қорытынды жасаймыз. Бақылау кезінде сөздерді, дауыс ырғағын, қимылдарды, дене тұрысын, бет әлпетін естіп-көре аламыз.

Әлеуметтік диагнозда мен өзімнің қандай эго – қалпында тұрғанымды басқа адамның қандай эго – қалпында тұрып менімен байланыс жасап тұрғаны арқылы біле аламын.

Тарихи диагнозда біз адамның бала кезінде қандай болғаны туралы сұрақ қоямыз. Біз оның ата-анасы және парентальді тұлғалар жайлы сұраймыз.

Осы барлық төрт диагноз түрінде қолдану керек. Кейде эго – қалыптарды қате қабылдауымыз мүмкін: бала эго – қалпын ата-ана эго – қалпы деп, ата-ана эго – қалпын ересек деп т.с.с. бұл

жағдайды **контоминдалған** («ластанған») дейді. Берн бойынша адамдар бірнеше эго – қалыптарын қоса алады.

Трансакциялар. Коммуникация болғанда трансакцияда болады. Коммуникацияның бастамасын стимул, ал жауапты – реакция. Берн бойынша, трансакция «әлеуметтік өзара әрекет етудің негізгі бірлігі». *Параллельді (толықтырушы) трансакциялар* – трансакционды векторлар бір-біріне параллель, ал олар реакция көзі болып табылатын эго – қалпына бағытталғанды білдіреді. **Коммуникацияның бірінші заңы.** Параллельді трансакцияда күту элементі бар. Кез келген әңгіменің соңы бар. Бірақта трансакция параллельді болып қалғанға шейін коммуникация процессінде стимул және реакция кезегі бітпейді. **Коммуникацияның екінші ережесі** бойынша қиылысатын трансакциялар кезінде коммуникацияның үзілуі болады, оны қалпына келтіру үшін біреуіне немесе екеуіне де өзінің эго – қалпын өзгерту керек. **Коммуникацияның үшінші ережесі** бойынша жасырылған трансакцияның қылық-әрекеттік нәтижесі әлеуметтік емес, психологиялық деңгейде анықталады.

«Сипалау» - Олар әр түрлі болады. *Позитивті және негативті сипалау.* Позитивті сипалау дегеніміз – оны қабылдап алушының жақсы сезімге бөленген кездегіні айтамыз, ал негативті сипалау керісінше ауыр қабылданады. *Шартты сипалау* сіздің не істеп жатқаныңызбен байланысты, ал *шарттсыз* өзіңізді білдіреді. Сипалаудың фильтрі белгілі бір қабылдаушының бұл ұнамаса немесе оны керек етпесе, онда ол бұны көрмеуге тырысады немесе оның маңыздылығын кішірейтеді.

Уақытты құрылымдау. Адамдардың кездесу кезінде өзінің уақытын өткізудің алты тәсілі бар. Эрик Берн бұл алты тәсілдерге келесідей сипаттама берді: кету, рәсімдер, уақытты өткізу, іс-әрекет, ойын, интимділік. *Кету.* Адам кеткен кезде оның тәні топпен бірге қалуы мүмкін, бірақ топтың басқа адамдарымен өзара әрекетке түспейді. *Рәсімдер* – бұл кәдімгі әлеуметтік өзара әрекет ету формасы, ол алдын ала ойластырылған сценари арқылы жүреді. *Уақытты өткізу* – таныс бағытта жылжиды, бірақ ритуалдағыдай нақты сценариі болмайды. *Іс-әрекет.* Бұл жағдайда топ мүшелерінің арасындағы қарым – қатынасы тек талқылауға емес, сондай-ақ мақсатқа жетуге бағытталған. *Ойындар.* Анда-санда бәрімізде ойын ойнаймыз. Барлық ойындар бала стратегиясын ойнауға бағытталған, бірақ бұл ересекке тән емес қылық. Сондықтан ойындар негативті тұрғыдан ойналады: негативті бейімделген бала, негативті қадағалаушы ата-ана немесе негативті тәрбиелеуші ата-ана. Ойындар ересектік тұрғыдан ойнала алмайды. *Интимділік.* Мұнда әлеуметтік және психологиялық деңгей бір-біріне сай болған кезде ойындар мен интимділіктің арасындағы айқын айырмашылық көрінеді. Мұндағы «интимділік» терминін арнайы техникалық термин ретінде ұғу керек.

Өмір сценарийі. Сценарий туралы теорияны алғаш Эрик Берн, өзінің әріптестерімен, әсіресе Клод Стайнермен жасалған болатын. Контрсценарийде бес ұғым аса маңыздырақ атқарады: «Бәрінен артық бол», «Мықты бол»,

«Ұмтыл», «Басқаларды қуант», «Қадам жаса». Бұл жолдаулар драйверлер деп аталады.

Сценарийдың шығуы. 1) сценариі шешімдері баланың бұл дүниеде аман қалу мақсаты қойылған ең жақсы сценариі түрінде көрсетіледі. Бұл әлем балаға қатерлі, қорқынышты болып көрінеді. 2) сценариі туралы шешімдер баланың эмоциясына, оның шындықты бағалауына сәйкес қабылданады.

Мазмұнына байланысты сценарилер үшке бөлінеді:

Жеңімпаз сценариі. Берн мұнда жеңімпаз деп қойған мақсатарына оңай жететінді айтады.

Жеңілгеннің сценариі. Мұнда өзінің қойған мақсаттарына жетпегенді айтамыз.

Жеңімпаз еместің сценариі. Бұл жеңімпаз бен жеңілгеннің орта тұсы. Ол кейде жеңеді, кейде жеңіледі. Ең бастысы кез келген сценариіді өзгертуге болатынын түсіну керек. Ересектік шақта біз балалық шақта жасалған сценариі бойынша келе жатқанымызды кейде түсінеміз, кейде түсінбейміз. Көптеген мәселелер осыдан туындайды.

Э. Берннің ойын сценариіін ұсынудағы алты басымдылығы.

1. Ішкі психологиялық басымдылықтар. Ойындар арқылы мен сценарлық пікірімнің тұрақтылығын сақтаймын. Әр кез мен осы ойынды ойнағанда мен өзімнің пікірімді нығайтамын: біреудің көңілін өзіме аударту үшін мені қабылдамау қажет.

2. Сыртқы психологиялық басымдылықтар. Мен стресстік жағдайлардан қашамын, олар менің дүниетанымыма күмән келтіруі мүмкін. «Мені соқ» ойынын ойнасам, мен мына сұраққа жауап беруден жалтарар едім: «Не болады, егер мен тура позитивті сипалауды сұрасам?»

3. Ішкі әлеуметтік басымдылық. Берннің айтуынша, ойындар «жеке өмірінде немесе қоғамдағы псевдоинтимдік әлеуметтену үшін арнайы жүйені ұсынады».

4. Сыртқы әлеуметтік басымдылық. Ойындар бізге біздің әлеуметтік ортамызда әңгімеге және өсекке тақырып береді.

5. Биологиялық басымдылық. Бұл ойынның мақсатымен байланысты – сипалауды алу. «Мені ұр» ойынында негативті сипалау басым болғандықтан және мен балалық шақта шешіп қойғам, позитивті сипалауды алу өте қиын, сондықтан мен негативті сипалаудың жолдарын қарастырғаным жөн.

6. экзистенционалды басымдылық. Бұл ойынның функциясы өмірлік позицияларды растауда жатыр.

Шарт жасасу. Берн бйынша, контракт екі жақты нақты әрекет ету жоспары.

Контракқа кретіні: қатысушы жақтар; олар бірге не істемекші; бұл қанша уақыт алады; бұл процесстің мақсаты немесе нәтижесі қандай болмақ; олар мақсатқа жеткенін қалай біледі; клиентке қаншалықты пайдалы және ұнамды болады **Ашық коммуникация.** Эрик Берн клиентте, терапевтте істеліп жатқан жұмыс жайлы толық мәліметке ие болғанын қалады. Терапевт пен клиент жеңіл, түсінікті тілде сөйлесулері керек. **Автономдылық.** Эрик Берн

бойынша идеал автономдылықта деген, бірақ оған нақты анықтама бермеді. Бірақ ол «үш адамның қасиетінің босауы мен толықтырылумен сипатталады: санамен ұғу, аяқ асты ой, интимділік». Санамен ұғу – бұл жаңа туған нәрестедей сезіп, естіп, көріп, сезіну қабілеттері. Мұндай адам өзінің сезімдерін түсіндірмейді, ата-ана тұрғысынан сипаттамайды. Аяқ асты ой – қылық-әрекет, ойлар, сезімдердің алуан түрлілігінің ішінен таңдау қабілеті. Интимділік - өзінің және басқа бір адам арасындағы ашық, айқын сезімдерінің көріністерімен көрсетіледі.

5. Гештальт-терапия

Гештальт (нем. *Gestalt* - бейне, қалып) - тұғастың, оның өзгеріп тұратын бөліктерін ұйымдастырудың тұрақты әдісі; тұтас психикалық құрылымдар.

Гештальт терапия - гештальт психология теориясына негізделген адамға психотерапиялық ықпал ету әдістері мен процедуралардың жүйесі. Гештальт басты принципі - адамның өзін-өзі, басқа адамдарды және барлық басқа әлемді барындай шартсыз қабылдау: адамның өтпелі калпын толық жетілгендей, өзгеруді немесе жақсартуды талап етпейтіндей бағалау және қабылдау. Соңғы жылдары біздің елде Гештальт психологтардың ғана емес, педагогтардың да назарын тартуда, өйткені психотерапия әдістері педагогтар мен тәрбиеленушілердің өзара ықпалдастықтарының әдістер жиынтығына белсенді енуде.

Гештальт терапия – неміс тілінен «гештальт» образ, форма, құрылым деген мағынаны білдіреді, Фредерик Перлздің Гештальт психология негізінде жасаған психологиялық терапияның формасы. Гештальт терапия-психологиялық теорияның бір бағыты, адам түсінігін – ұғымын кеңейтуге және өзін-өзі ұғым-түсінік кеңеюі негізінде қабылдау. Психологияда гештальт тұтас ұғым, психологиялық ойлардың бағыты ХХ ғасырдың басында пайда болған. Гештальт психологиялық эксперименттер адамның қабылдауы сыртқы тітіркендіргіштердің механизмдерімен байланысыз, бөлек жүйе екендігін көрсетті. Организм өзіне қажетті және маңыздыны қабылдайды. Өзін қызықтыратын объектіні қабылдайды, қабылданған дүние көмескіленіп «фонға» кетеді. Гештальт психологияның қабылдаудың талғампаздылығы туралы зерттеулері организмнің бөлінбейтін біртұтастығы туралы көзқарастардың туындауына ықпал етті. Гештальт психолог Курт Левин «психологиялық алаң» теориясын жасаған. Оның теориясы бойынша адамның мінез-құлығы өмір сүру кеңістігіне, қоршаған ортадағы объектілер мен адам қажеттілігіне байланысты.

Психологияның теориялық жаңалықтарын психологиялық терапия практикасына ХХ ғасырдың 40 жылдары психоаналитик Фринц (Фредерик Солониа) Перлз негізді. Сол кездегі психоанализдің көптеген тараулары Перлзге ұнамады, ол өзінің дербес психологиялық терапия жүйесін жасады. Гештальт терапия теориясы төмендегі қағидаларға негізделеді:

- Адам - біртұтас социобиопсихикалық жүйе.

- Адам мен оны қоршаған орта – тұтас гештальт, организм – қоршаған орта деп аталатын тұтас құрылым. Орта организмге әсер етеді, ал организм ортаны өзгертеді. Мысалы: қоршаған адамдардың мінез- қылықтары бізге әсер етсе, бізде мінез-қылығымызды өзгерстек, басқалар да өзгереді.

- Адамның мінез-құлығы гештальт терапияның «Қалыптасу мен гештальттардың бұзылуы» принципіне негізделеді күнделікті қажеттіліктер басым болып, организмнің қабылдауы артады. Организм қажеттілігін қанағаттандырудың жолдарын іздейді, қанағаттанады, яғни гештальт аяқталады немесе бұзылады.

- Контакт - гештальт терапияның негізгі ұғымы, организмнің қоршаған ортамен кездесуін контактінің аймағы ретінде қарастырады.

- Ұғыну – түсіну – организмнің ішкі дүниесі мен оны қоршаған ортадағыларды ұғынып тусіну. Гештальт терапияның негізгі мақсаты – ұғым түсінікті кеңейту, мінез-құлықты өзгертуді мақсат етпейді. **Осы жерде және қазір** – организмнің дәл қазір осы жердегі қабылдауы, сезімі, іс әрекеті, ойлары, арман қиялдары өте өзекті.

- Жауапкершілік – адам нақты шындықты қаншалықты түсінсе, оның жауапкершілігіде соншалық. Гештальт терапия мінез-құлықты тез арада өзгертіп, барлық симптомдардан құтылуға асықпайды.

Ассоциациялық психологияға қарама-қарсы гештальтпсихология түйсікті емес, қайта қайсыбір психикалық құрылымды, тұтас түзілімді, яғни "гештальттарды" бастапқы және психиканың негізгі элементтері деп санайды. Гештальтпсихология бойынша, олардың қалыптасуы қарапайым, симметриялы, томаға тұйық тұлғалар түзу қабілеті бейнебір іштей тән психикасына бағынады. Гештальтпсихология теориясы индивидті сыртқы ортадан және оның практикалық қызметінен бөліп алу болып табылады. Психикалық түзілімдердің тұтастығын гештальтшілдер, сайып келгенде, иманенттік субъективтік "заңдармен" түсіндіреді, мұның өзі оларды идеализмге жақындатты. Кейіннен идеялары (әсіресе "гештальт" ұғымы) материалистік-психологар (Л.С.Выготский және басқалар.) Гештальтпсихологияның теориялық тұрғыдан негізделмейтін жақтарын қарастырды. Гештальт структура, құрылым, тұтастық, жүйе. Гештальтпсихология сананың алғашқы бөлшектері түйсінуі де, елесте емес, кейбір тұтас түрдегі "психологиялық құрылымдар" (гештальттар) деп санайды. Сондай құрылымдар сананың жемісі деген пікірді қолдайды.

Адами мінез-құлық гештальт-терапияның теориясына сәйкес гештальттардың қалыптасу және бұзылу принципіне бағынады. Дені сау организм өзін реттеу негізінде қызмет етеді.

Өзекті қажеттілік туындайды және организмнің басым (доминирлеуші) зейінін жаулап ала бастайды – фигура фоннан бөлініп көрінеді. Одан әрі организм сыртқы ортадан бұл басым қажеттілікті, мысалы ашығу сезімінде тамақ ішу арқылы қанағаттандыруға қабілетті нысанды іздейді. Нысанмен жақындасу және лайықты (адекватты) өзара әрекет ету (келтірілген мысалдағы

асты шайнау мен жұту) қажеттілікті қанағаттандыруға жетелейді – гештальт аяқталады және бұзылады.

Контакт – гештальт-терапияның базалық ұғымы. Организм суынан, өсімдігінен және тірі жаратылыстан ада кеңістік сияқты ауасыз кеңестікте өмір сүре алмайды. Адами жаратылыс басқа адамдардан айрылған ортада дами алмайды. Барлық негізгі қажеттіліктер тек қоршаған ортада ғана қанағаттандырылуы мүмкін. Организм қоршаған ортамен кездесетін орынды гештальт-терапияда контакт шекарасы деп атайды. Адамның қаншалықты өз қажеттіліктерін қанағаттандыру қабілеті оның қаншалықты икемді контакттық шекараны реттей алатындығына байланысты.

Гештальт-терапия ортамен, оның ішінде тұлғааралық өзара қатынасты ықпалсыз ететін контакттық шекараның тән (типтік) бұзылуларын сипаттап жазады. Гештальт беймәлім (анонимді) және мақсатсыздан қауіптеніп тікелей контактты марапаттайды.

Түйсіну – организмнің ішінде және оны қоршаған ортада не болып жатқандығы туралы мәліметтену. Түйсіну өзі және қоршаған әлем жөніндегі интеллектуалдық білімге тең емес. Ол өз бойына сыртқы әлемнің ынталандыруларын да, сол сияқты ішкі организмдық үрдістерді – сезімдерді, эмоцияларды, сондай-ақ ойлау әрекеттерін – идеяларды, образдарды, естеліктерді және таңдануларды қабылдау күйзелістерін жинайды, яғни көптеген деңгейлерді қамтиды. Түйсінуді, оның ойлау қыртысынсыз жануарлар да иеленеді.

Алайда өркениетті әлемде адамдарда эмоциялар мен сыртқы әлемді қабылдаудың орнына ойлау гипертрофирленген.

Гештальт-терапия практикасының негізгі мақсаты – бұл түйсінуді кеңейту. Адами проблемалардың орасан зор саны анықтықты шынайы түйсіну интеллектуалдықпен, және көбіне ол туралы жалған алмастырулармен сабақтастығына байланысты, мысалы адамдардан не күтуге болады, олар маған қалай қарайды, менің нені қалауым керек және не істеуім қажет туралы. Мұндай жалған елестетулер анықтықты көлегейлейді және организмнің қажеттілігін қанағаттандыруды қиындатады – гештальттың қалыптасу мен бұзылу үрдісі ауытқиды.

Гештальт-терапия егер адамдар ішкі және сыртқы анықтықты айқын түйсінуге жетсе, онда олар өз бетінше барлық өз проблемаларын шешуге қабілетті дегенге сүйенеді. Сондықтан терапия мінез-құлықты өзгертуді өз мақсаты етіп қоймайды, мінез-құлық түйсіну өскен сайын өзгереді.

Бұл жерде-және-қазір – қабылдау, сезім, әрекет, ойлар, өткен немесе болашақ туралы қиялдар болсын, организм үшін үшін өзекті әрқашан қазіргіде өтетіндігін, олардың бәрінің қазіргі сәтте болтандығын білдіретін үрдіс. Бұл үрдісті қолдану түйсіну үрдісін қарқынды етуге (интенсифицирлеуге) ерік береді.

Жауапкершілік – өтіп жатқандарға жауап беру мен өз реакцияларын таңдау қабілеті. Анық (реалды) жауапкершілік түйсінумен сабақтас. Адам қаншалықты жоғары дәрежеде анықтықты (реалдылықты) түйсінетін болса,

соншалықты мол дәрежеде ол өз өміріне – өз тілектеріне, әрекеттеріне, жауап беруге, Перлздің сөзімен айтқанда өзіне сүйенуге қабілетті.

Гештальт-терапияға феноменологиялық тұрғыдан келу терапевт клиенттің субъективтік тәжірибесіне де, сондай-ақ өз субъективтік тәжірибесіне де құрметпен қарауы арқылы жүзеге асады. Гештальт-терапевт клиенттің күйзелісі мен мінез-құлқына қандай болмасын белгілі бір мән қоймайды, түйсіну үрдісі барысында клиенттің өзі олардың мәнін аңғарады.

Гештальт-тұрғысының негізгі елестетулері, пайымдаулары мен құндылықтары:

Әрбір адам тұтас, яғни оның денелік, эмоционалдық және рухани қажеттіліктері бірдей маңызды және бір-бірімен тығыз сабақтас. Өмірді толыққанды сүру үшін өзінді жақсы түсінуің қажет. Яғни – өзіңмен барлық деңгейде жақсы контакт ұстану. Өзінді жақсы білу бақытты өмірді құрудың маңызды шарты болып табылады.

Адам өз бетінше тірлік ете алмайды, керісінше ол өзі өмір сүретін әлем бөлігі болып табылады. Өз қажеттіліктерін қанағаттандыру туралы қамқорлық тек қоршаған кеңістік пен басқа адамдарға қамқорлықты бірлестіргенде ғана табысты болады.

Бала жас кезінде әлеммен өзара әрекет етудің белгілі бір тәсілдеріне үйренеді. Ол есейгенде, бұл тәсілдер көбіне ескірген болып шығады. Бұл үйреншікті тәсілдерді, тек жалғыз мүмкін болар ретінде қабылдап, адам олар «жұмыс істемеген» жағдайда қиындықты бастан кешіреді. Гештальт-терапевт адамға өз тәсілдерін қайтадан түйсінуге және бүгінгі күн үшін жаңасын, барынша жарамдысын қайта құрастыруға көмектеседі.

Әрбір адамда қанағаттану әкелетін және дәл осы адамға барынша максималды сәйкес келетін теңдесі жоқ өз өмірін құру үшін потенциалды мүмкіндіктер бар. Гештальт – бұл өмірді барынша толыққанды сезінулі және барынша ойлы етуге мүмкіндік беретін тәсіл. Ол адамдарды тек өмір жөнінде ойлауға үйретіп қана қоймай, сонымен бірге оның барлық көріністерімен күйзелуге, өзінде жаңа және жаңа ресурстарды ашуға, қоршаған әлемнің және өз тұлғасының жаңа қырларын көруге және сезінуге үйретеді. Сондықтан гештальт – бұл жәй ғана психотерапевтік тәсіл ғана емес, керісінше оны біртіндеп қайта түрлендіретін өмір салты.

Гештальт-тұрғының позициясы турасында адам тұтас сан қырлы тірлік иесі – бір мезгілде жануарлық, психологиялық, социалдық және рухани болып табылады. Гештальт-тұрғының мақсаты – түйсіну, саналы ұғу тәжірибесін ұдайы кеңейту және сол арқылы барынша мол тұтастыққа, психологиялық және физикалық денсаулықтың барынша жоғары деңгейіне қол жеткізу.

Гештальт-терапия адами проблемалардың барынша кең шеңберіне қолдануға балатын әмбебап психологиялық тәсіл болып табылады. Олардың кейбір мыналар:

- клиникалық психотерапия;
- отбасылық психотерапия;

- тұлғалық өсуге және коммуникацияны жақсартуға ұмтылатын адамдарға арналған тренингтер;
- әр түрлі кәсіби топтардың өкілдеріне (мысалы, педагогтар, менеджерлер) арналған тренингтер;
- гештальт-педагогика;
- ұйымдарға консультация жасау.

Адами мінез-құлық гештальт-терапияның теориясына сәйкес гештальттардың қалыптасу және бұзылу принципіне бағынады. Дені сау организм өзін реттеу негізінде қызмет етеді.

6. Когнитивтік психотерапия

Когнитивтік психотерапия эмоциональдық серпілістер мен психикалық бұзушылықтар бұрын пайда болған танылатын құрылыстар мен актуальдық танылатын үдерістермен жанамаланған сияқтықарастырылатын *мінез-құлық психотерапияның* дамуы болып табылады, басқаша айтқанда, мұнда аралық ауыстырылатынның орнына ой (когниция) жүреді.

Танылатын парадигма кеңес беру мен психотерапияда — тәжірибелік психологиядағы таза американдық бағыт. Олардың мінез-құлық пен эмоцияларға деген АҚЦЕНТ пен Бихевиоризм мен гештальт-психологиясына реакциясы ретінде танылатын психология дамуымен байланысты, когнитивтік психотерапия негізінен психиканың танылатын құрылысына көңіл аударады және жеке тұлға, жеке тұлғалық құрылымдар, және тұтас логикалық қабілеттерге сүйенеді. Ең соңғы жылдары когнитивтік бағыт өзінде үш түрін біріктірді: А.Эллистің рационалды-эмотивтік терапия (РЭТ), А.Бектің когнитивтік терапиясы және Э.Бернның трансактілік талдауы.

РЭТ негізін қалаушы А. Эллис ортодоксальдық психоаналитик сияқты бастаған, содан кейін К.Хорни басшылығында оқыды. Жиырмасыншы ғасырдың елуінші жылдарында А.Эллис тәжірибешілік психологиядағы жаңа бағыттың негізін қалаған ережелер қатарын тұжырымдаған. А. Эллиспен жиі айтылатын сондай ережелердің бірі тарихшы Эпиктеттің нақыл сөзі болып табылады: “Адамдарға нәрселер емес, оларды қаншалықты көру көзқарасы бөгет жасайды”. А.Эллис тұжырымдамасында адам екі жағы бар белгілі күш-әлеуетпен туады: рационалды және рационалды емес; махаббат пен өсуге және бұзылу мен өзін-өзі кінәлауға ұмтылатын құрылымдық және бұзылған.

РЭТ-тегі маңызды ұғым «қақпан» болып табылады – дәлелсіз (жүйке төзгандық) қорқыныш, ашушандықты сезінетін барлық когнитивтік құбылыстар.

А.Эллис латын әліпбиінің алғашқы әріптерімен (А+В+С+D — теория) аталған жеке тұлғаның мінез-құлық актілерінің көп компонентті құрылысын ұсынды. Бұл теория тәжірибелік психологияда кең қолданысын тапты, себебі ол клиенттің өзіне күнделік жазбалары түрінде тиімді өз-өзін байқау мен өзін-өзі талдауына жағдай жасайды. Бұл А тұжырымдамалық кестеде – активтеген оқиға, В (belief) — оқиға туралы пікір, С (consequence) — оқиғаның салдары (эмоциональдық немесе мінез-құлық); D (disparting) — оқиғаға деген кейінгі

серпіліс (ойлау өңделуі нәтижесінде); E (effect) — аяқтайтын құнды пайымдау (құрылымдық немесе бұзылған).

Жалпы РЭТ психологиялық келесі алғышарттары бар:

- 1) өз мәселелеріне жеке жауапкершіліктің мойындалуы;
- 2) бұл мәселелерге табанды әсер ету мүмкіндігінің бары туралы идеяны қабылдау;
- 3) эмоциональды мәселелер рациональды емес түсініктерден шығатынын мойындау;
- 4) осы түсініктердің табылуы (сезінуі);
- 5) сол түсініктерді талқылаудың пайдалылығын мойындау;
- 6) өзінің ұқсас көзқарастарының конфронтациясына күш салуға келісу;
- 7) РЭТ-ті қолдануға келісім.

Басты мақсаты — пікірлер, нормалар мен түсініктер жүйелерін қайта карауға көмек. Жеке мақсаты — өзін-өзі кінәлаудан босау. Осы тұжырымдамамен жұмыс жасайтын психолог-кеңес беруші немесе психотерапевттің бағдары директивті. Ол түсіндіреді, сендіреді, ол — олардың нақсыздығы мен еріксіздігіне нұсқай отыра, қате пікірлерді жоққа шығаратын беделді болып табылады. Клиентке оқушының рөлі беріледі, және сәйкесінше, оның табыстары оқушының рөлімен мотивациясы мен сәйкестендірумен байланысты түсіндіріледі. Клиент көрегендіктің үш деңгейінен өтеді деп жорамалданады: үстіңгі (мәселені сезіну), тереңдетілген (өзіндік түсіндірулердің танылуы) және терең (мотивацияның өзгеру деңгейінде).

РЭТ-ке жақын А.Бектің когнитивтік психотерапиясы болып табылады, онда ең басты эмоционалдық бұзуларға көңіл бөлінеді. Эмоционалдық бұзылу А.Бекпен ең алдымен танылатын бұзылу ретінде түсіндіріледі. Психотерапия процедурасы психологпен қатынас жасауды арнайы ұйымдастырудан тұрады, онда: «Егер..., сен неден айырыласың?» немесе «Сен білесің бе тырысуға нәтижесіз...». Өзін-өзі кінәлау, өзін-өзі сынау деңгейі, баламалық шешімдер мен әрекет ету тәсілдерін шығару қарастырылуда.

Рационалдық-эмоционалдық психотерапия тәрізді, когнитивтік психотерапия объект не оқиғаны сезіну ойлау арқылы жүзеге асады, және тек сол көмекші түйінді түсінген кезде ғана жеке тұлғаның серпілісін, ең алдымен эмоциональды және мінез-құлық аспектілерін түсінуге болатынынан шығады. Қоршаған орта мен жеке тұлғаның өзара әрекеттесу кестесі S->O->R (түрткі — ең алдымен қабылданғанның когнитивтік өңделуі кіретін O аралық ауысу серпілісімен болады) түрінде айқындалады. Когнитивтік психотерапия нейрофизиологиялық бұзылулар кезеңінің алдындағы психологиялық бұзылулар ойлау аберрациясымен байланысты. Бек ойлау аберрациясын объекті мен жағдаятты көруін жоятын ақпараттың когнитивтік қайта өңдеу сатысындағы (белгілеу, сұрыптау, шоғырлану, *түсіндіру*) бұзылулар деп түсінген. Бұзылған танулар (когницийлер) жалған түсініктер мен өзіндік белгілердің, демек сәйкес емес эмоциональдық сірпілістердің себебі болып табылады. Сондықтан К.п. мақсаты сәйкес емес когницияларды түзету. К.п. өмірлік міндеттерді оң жолымен шешуде және олардың шешілуінің мәселелі

салаларға топтап қорытуындағы науқас тәжірибесін максимальды түрде қолдану неғұрлым қажет болып саналады. Бек когнитивтік психотерапевт жүргізетін жұмысты музыкалық аспапта ойнау кезінде көзғалмалы стереотиптің түзетуімен салыстырды.

Ақпараттың сәйкессіз өңдеу ережелерін *сезіну* және оларды дұрысына ауыстыру – К.п. басты міндеттері. Ол адамдарға неғұрлым өзін-өзі байқау және өз ойларын талдай білу қабілетімен көрсетілді. Психотерапевт пен науқас арасындағы өзара серіктестікке жақын екі жақты қарым-қатынасын айтады. Науқас және психотерапевт ең басында психотерапия мақсаты (түзетуге жататын орталық мәселе), оған жету құралдары, емделудің мүмкін болатын ұзақтығына қатысты келісімге келу керек. Психотерапия сәтті болу үшін, науқас жалпылай К.п. эмоциялардың ойлауға тәуелділігі туралы базистік деңгейді қабылдау керек: «Егер біз сезімдерді өзгерткіміз келсе, оларды тудырған идеяларды өзгерту керек». Қатынастың орнауы науқас ауруының біртіндеп К.п. бағдарына ауысатын сырқаты туралы психотерапевттің бірнеше түсініктерін қабылдаудан басталуы мүмкін. Психотерапевттің артынан білмей жүру және жоғары скептицизм – алдағы болатын емдеуге теріс қарым-қатынастың полюсі. Сондықтан орталыққа осындай бағдарларды келтіру – психотерапия сәттілігінің кепілі.

1960 жж. У.Глассермен жасалған шынайылық терапия бастапқыдан жас құқық бұзушы әйел адамдармен психологиялық түзету жұмысына арналған болатын. У. Глассер мінез-құлықтары ауытқыған қыз балаларға арналған мектепте жұмыс істеп, өз тұжырымдамасын әзірлеген, оның негізгі тағайындалуы — шынайы көріністегі ақиқат контекстінде, жауапты және шынайы мінез-құлыққа оқыту.

У.Глассердің шынайы терапиясы адамның өзіндік шешімдерімен мінез-құлқын негіздеуден сондай-ақ психодинамикалық көзқарастың кейбір бағдарларынан шығады. У.Глассердің ойынша адам — негізгі психологиялық қажеттіліктері бар өз-өзінен детерминаланған тіршілік иесі. Адам — өз өмірінің субъектісі, ол өз-өзіне жасайтын әлемнің субъектісі.

Когнитивті психотерапияның негізгі 60-жылдары Альберт Эллис және Аран Бектің жасауымен тығыз байланысты. Кейіннен бұл идеялар бихевиоризмнің негізін құраса, қазіргі кезде бірыңғай когнитивті әрекет-қылықтық терапия деп аталады. Бұл саланың негізгі мақсаты- адамның ойлауындағы, яғни дисфункционалды сендіруін өзгерту болып табылады.

Когнитивтіліктің түп тамырлары психологиялық проблемаларды шешудегі философтарды да айтып өтуге болады (Эпиктет, Сенеки, Цицерон және т.б.). Олардың ойынша, біз нақты жағдайлардан емес, керісінше біз не ойлаймыз, содан зардап шегеміз. «Барлығы субъективті пікірге байланысты». Біз өзіміздің пікірлерімізден зиян шегеміз (Сенеки Луцияно). Когнитивті элементтер екі деңгейде болуы мүмкін: ақпараттармен байланысты автоматты образдар мен ойлар, базалық посылка- тұлғаның өзі туралы және қоршаған орта туралы терең ойлар жүйесі.

Автоматты ойлар – рефлекторлықпен, тез және санасыздықпен сипатталады. Олар өте тез сеніп қалатын балалардың ата- аналарының сөздеріне байланысты. Базалық – бұл ұстанымдар, яғни тұлғаның өмірлік философиясындағы санасыздық тұрақтылықпен және көбінесе сол және автоматты ойларды анықтайды. Осы базалық ұсыныстармен автоматты ойларды байланыстыратыны когнитивті процестер болып табылады. А. Бек депрессиядағы типтік логикалық қателерін атап көрсетті:

1. Шартты ой қорытынды – факторларға қарама- қайшылық.

2. Селективті абстрагирлеу – ситуациядағы бір элементінің, яғни оның басқа да аспектілеріндегі пациенттің өмірге көзқарасы.

3. Полярлы (немесе «қара- ақ») ойлау – депрессивті ауру адамдардың әрқашан- ешқашан, бар- жоқ, жақсы- жаман, т.б.

4. Персонафикация – фактілерсіз нейтралды жағдайларды тұлға өзіне тән қасиет деп санауы.

5. Максимизация – минимизация - депрессивті ауру адамдар өзіндік жағымды тәжірибесін кенеттен сәтсіздік деп санауы.

Ашық дағдарыс кезеңдерінде пайда болып, кейін елеулі өзгерістерге кезіккен теориялық бағыттар 60 жылдардың басында өздерінің бұрынғы абыройынан айырыла бастады. Әрекет- қылық пен психиканы түсіндірудегі теориялық ішкі қайшылықтар позицияларын қайта қарауды талап етті. Бұл дағдарыстың негізгі себебі: экспериментальді зерттеулер мен теориялар саласында жаңа өнімді көзқарас, бағыттардың туындауынан болды; танымдық іс- әрекет зерттеулері аймағында – когнитивтік психология, гуманистік психология, нейрофизиология, нейроморфология, нейорпсихология, канат жайған жаңа бағыт- адам психологиясы.

Қазіргі заман психологиясының аса маңызды артықшылығын танытқан, ғылыми ағым- когнитивтік психология болды. Бихевиористердің әрекет- қылық талдауында психологиялық элементтерді елемеуі мен танымдық дамуы ескермеуіне қарсылық білдірген. Адам организмі жүйелі құрылым деген танымды жалғастырды, яғни адам әрқилы ақпараттарға ықпалды әсер етуге қабілетті: бөтен таңбалар (код) формасына келтіре алады, одан әрі өңдеу үшін өз қажетіне керек ақпаратты бөліп алады немесе керексіз мәліметті жүйеден бүтін дей аластайды. Когнитивтік психология өкілдері: Дж. Брунер, Д. Норман, Л. Фестингер, Ф. Хайдар, У. Найсер, П. Лиднсей, Г. Саймон. Бұл бағыттың бірнеше бағыттары бар; ең танымал болғаны- **есептеу варианты**. Мұнда танымдық процестер шектен тыс механистік негізде түсіндіріледі: психика сигналдарды өзгеріске келтіруші тұрақты қабілетке ие тетік (аппарат) күйінде қарастырылады. Әсіресе таным процесіндегі ішкі когнитивтік құрылымдар мен ізденуші организм белсенділігіне аса мән беріледі.

Когнитивтік психологияның негізгі зерттеу аймағы танымдық процестер- ес, тіл мен сөздің психологиялық қырлары, қабылдау, ойлау, зейін, қиял және танымдық даму. Бұл таным психологиясының әдістері жеке адамның көңіл- күйі (эмоция) мен себеп- түрткілерін (мотив), сонымен бірге

әлеумет психологиясын зерттеуге де қолданылды. Адам танымының барлық формалары электрондық есептеу машиналарына (ЭВМ) ұқсастығымен ақпарат жинау және өңдеудің бір ізді блоктары ретінде бағаланды. Адамның ақпарат өңдеу, сақтау және пайдалануына байланысты танымдық белсенділігінің белгілі деңгей дәрежесінде көрінетіні туралы пікір болды. Ес, қабылдау процестері, зейін, ойлау мен оның сөзбен не сөзден тыс берілетін бірліктері (компоненті) көптеген құрылымдық модельдерге келтірілді. Субъект проблемасынан алшақ тұрумен когнитивтік психология психологиялық әрекеттің иесі деп әсіреленген бір дерексіз бастаушыны (гомункулос) мойындау керек болды.

7. Фокустық психоанализ

Маман әр түрлі сұрақтар қоюы мүмкін әке-шешесінің ауруы, қашан, қалай өлгені, ол нешінші бала жанұяда, ата-ана қай баланы жақсы көрді т.с.с. Бала кезінде қандай қиындықтарды бастан кешірді (ұялшақтық, достарды табудағы қиындықтар)

Әр түрлі аурулары жайлы сұрақтар қойылуы мүмкін. Клиенттің қорқыныштары туралы жыныстық қатынастар туралы (бабалық, ересектік шақтағы) сұрақтар қойылаы. Соңғы мақсаттарды анықтау үшін психотерапевт: «Сіздің кім болуға жаралғансыз?» деген сұрақ қояды, яғни оған қандай іс-әрекет қызықты және кәсібі болар еді, егер де белгілі бір қиындықтар туындамағанда оған не кедергі болды.

Жекелей психология баланы зерттеудегі негізгі бағыттардың сызба нұсқасын жасады. Ол бірнеше бөлімнен тұрады.

1. Бірінші бөлімдегі сұрақтар арқылы қашан және қандай жағдайда проблемалар туындай бастады. Бала қалыптасқан жағдайды зерттеу кезінде қоршаған ортаның өзгеруіне көңіл бөлінеді. Ауруларға, бауыр-сіңілдерінің тууына, мектептегі сабақтардың басталуына, жаңа достардың пайда болуына бірнеше көңіл бөлінеді.

2. Екінші бөлімдегі сұрақтар жауластық бағдарды, басымдылық сезімдерді анықтауға және олардың тұлғаның мінез-құлқында, қылық-әрекетінде қалай көрінетіндігін көруге көмектеседі. Балада ерекше уайымдар, қайғылар болды ма (әлсіздік, ыңғайсыздық сезімі, тастандылық, керексіздік, жалғыз болғысы келетін сезімі, қызғаншақтық т.с.с.). Қана уақыт басқаларға тәуелді болады. (Киінуде, тамақтануда, біреуге жақын байланысқандық, бірдемеден қорқу т.с.с)

3. Үшінші бөлімде баланың инстинктивті белсенділігі, басымдылыққа талпыну шектелді ме дегендерді ұғуға көмектеседі. Бұл үшін бала көп әурелікті тудыра ма, түнде көп жылады ма, энурез немесе энкопреза белгілері байқалды ма, қай ата-анамен бірге ұйықтағысы келеді, аямшақ болды ма, бірдемеден қорықты ма.

Психотерапевтің ерекше маңызды сұрақтары: бала басқа балаларға барғысы келеді ме, қандай балаларды мықтыларды ма, немесе әлсіздерді ме. Баланың икемсіз алаңғасар, мазақтаушы болғанын анықтау өте маңызды.

4. Бұл бөлімдегі баланың қарым-қатынасының ерекшелігін, оның әлеуметтік қызығушылықтарын анықтауға көмектеседі. Психотерапевтің сұрайтыны бала достарды қаншалықты жеңіл табатын, балаларлы немесе жануарларды қинады ма, лидер болды ма, әлде шетте қалуды қалады ма, өзінен кіші балалармен ойнағысы келді ме, әлде қарама – қарсы жыныстағы балалармен ойнағысы келді ме т.с.с

5. Бесінші бөлімде алдыңғы бөлімдегі мәселелерді аша, тереңдете түседі. Қазіргі кездегі қоршаған ортадағылармен қандай қарым-қатынаста. Бала мектепте өзін қалай ұстайды, әрекет етеді.

6. Жанұя жағдайы туралы мәліметтер, жанұядағы қарым-қатынас нормалары бала позициясын ұғынуға көмектеседі. Жанұя мүшелерінің ауруға, өлімге, алкогольизмге ұшырауы баланың қалыптасуындағы маңызды фактр ретінде қарастырылады.

7. Баланың басқа адамдар мен қарым-қатынасын оның нешінші болып туғанын білу арқылы ұғуға болады.

8. жеке психолог үшін үміт пен күтулер болжамдар қызықтырады: бала өзінің таңдауы туралы не ойлайды, ол ата – аналарының кәсібі мен байланысты ме, ол келешек жанұя өмірін қалай көреді, бұл адамдар қарым-қатынасына қалай байланысты.

9. Психотерапевт баладан оған қандай кейіпкерлер ұнайды, армандауды, қиялдағанды жақсы көре ме деп сұрайды.

10. Ерте есте қалған естеліктер жиі қайталанатын түстер арқылы әр түрлі проблемалар анықталады.

11. Бала өзіне назар аудару үшін өзін күлкілі, балаша, ақымақ ретінде көрсетуі мүмкін. Терапевт осындай жағдай туралы білуге тырысады.

12. Жеке психолог физиологиялық кемістіктерді анықтайды. (дене бітімінде, сөйлеуінде, көруінде) Өйткені олар өз -өзін кем сезіну сезімін тудырады.

13. Баланың көмексіз, әлсіз болуы, онда өзін қабілетсіз, жұмысқа, өмірге икемсіз сезімдерін, өз-өзіне қол жұмсау ойларын тудырады

14. Психотерапевт баланы жаңадан бағдарлау үшін оның позитивті жетістіктерімен, мүмкіншіліктері, психологиялық функциялардың даму ерекшеліктерімен әр түрлі сферадағы тәжірибесімен танысады.

Жасалған мақсаттарды зерттеу Психотерапевт клиентті алғашқы жіберілген қателіктерге көңіл аударуға тырысады. Ол үшін ол оның мимика мен понтамимикасын бақылайды. Егер клиентте бір қайталанатын әрекеттері болса және психотерапевт: «ол неге солай істейді?» деген сұрағына «бұл әдет» деп жауап берсе, онда бұл «Бұны өзгертуге тырысыңыз» дегендей көрінеді немесе «Бұл жайлы әңгіме көңі-күйімді түсіреді» дегені «Бұл жөнінде сөйлеспей-ақ қояйық» дегенді білдіреді. Осындай қылық-әрекеттер, вербалды және вербалсыз қарым-қатынас интерпритациялау арқылы оның өмір стилі туралы білуге болады.

Психотерапевт невроз себептері туралы болжамдар жасайды, содан соң ақырындап, зертту барысында, оны дәлелдейді немесе кері шығарады.

Көптеген қылық-әрекет көріністерінен, айтқандарының түстердің, қиялдардың талдауынан қате апперцептивті жүйелер алынады. Жекелей психологияда клиенттің өзінің функцияларын түсінуі, оның жалған екендігін ұғуы, оларға негізделіп жасалған өмір стилі де бұзылады.

Психодинамикалық психотерапияның мақсаты инсайтқа жету болып табылады – невроздың себептеріне интеллектуалды және эмоционалды ену. Психотерапевт невротиктің фиктивті мақсаттарына негізделген уайымдар мен іс-әрекеттерді тапқанда, талдағанда, тіпті болжаған кезде, клиент олардан бас тартқаннан кейін жаңа невроздар жасайды. Мұнда күрес психотерапевтен басым түсуге талпынушылықтан болады. Сондықтан себептердің мағынасын ашумен қатар психотерапевт келесі әрекеттердің мотивтерінің күші туралы ойлайды.

Адлер бойынша психотерапиялық қарым-қатынастар клиент үшін жаңа әлеуметтік байланыс моделі болуы керек. Адамдар мен өнімді қарым-қатынасы туралы тәжірибесі жоқ. Невротик психотерапевті өзінің ойына електіріп әкеткісі келеді, оған әке, мұғалім, құтқарушы т.с.с. рольдерді ойнауға мәжбүрлік береді. Пациент психотерапевтке: «Мен көптеген дәрігерлерде емделдім, сіз менің соңғы үмітімсіз» бұл санасыз түрде дәрігерді жеңуге бағытталған. Адлердің жауабы: «Жоқ, соңғы емес. Мүмкін соңғы, бірақ үміт. Сізге көмектесе алатын басқалар бар». Мұнда пациенттің тактикасын бұзу мақсат болды. Жекелей психологияда клиентке психологиялық тіреуге, көмекке үлкен көңіл бөлінеді. Ол тым жоғары да болмау керек, өйткені клиент ауруға адаптацияланып, емделу мотивациясынан бас тартуы мүмкін. Түсінудің, тіреу болудың аздығы да кері әсер етеді, емделгісі келмей, өзінің қиындықтарында батып қала береді. Көмек, тіреу болу көптеген фактілерге байланысты: емдеу этаптарына, проблеманың күрделілігіне тұлғаның оны шешу мүмкіндіктері, емделу мотивация т.с.с. Әлеуметтік қызығушылықты дамыту. Адлер бойынша кез келген проблема әлеуметтік болып табылады. Жекелей психологияның барлық процедуралары мақсатты анықтауға және клиентті әлеуметтік қызығушылыққа бағдарлауға бағытталған. Жекелей психологияның нәтижесі адамда сену, жақсы көру, өнімді еңбек ету қабілеттерін дамыту болып табылады.

XX жылдардан бастап жекелей психологияда топтық әдістер қолданыла бастады. Топ, көмек, тіреуді және терапевтік эффекті жоғарлатады. Жанұялық психотерапия жұптарға жүргізіле бастады, бұрынғыдай бөлек емес. Интерпритация жекелей психологияда үлкен роль атқарады. Ол арқылы психотерапевт ол өз өмірін қалай жасауда қандай жетістікке жеткенін, қате операцепциялық жүйелер қалай істеуде, қандай мақсаттары бар екенін көрсетеді.

Адлер концепциясында әлеуметтік қызығушылық адамзат қоғамдағы эволюция факторы ретінде көрсетіледі. Қате операцептивті жүйелермен жұмыс танымдық және рационалды – эмоционалды психотерапияның техникаларының модельдерін жасауға түрткі болады.

8. Альберт Эллистің РЭТ–сы

Альберт Эллистің когнитивті терапиясы тиімді-сезімдік немесе рациональды-эмотивті терапия деп аталады. Рациональды эмотивті терапия он екі жаттығулар жүйесінен тұрады. Бастапқы кезде бұл жаттығу оңай болып көрінуі мүмкін. Берілген жаттығу, өткен өмірдегі сәтсіздіктерін немесе сәтсіздіктерді бастан кешіріп жатқан кездегі адамның ой-толғау кезінде пайда болатын, орынды және орынсыз жағымсыз эмоциялардың айырмашылығын көрсетуге арналған. Орынды тынымсыздықтың арасындағы айырмашылықтар, сақтық, байқампаздық, орынсыз алаңдаушылық, нервоздылық, паника.

Сізбен олашақта болуы мүмкін ең жамандықты көз алдыңызға елестетіңіз, - мысалы, жақсы жұмыстан айырылу, көлік апатындағы алынған жарақат немесе жақын адамнан айырылу. өзіңізге шынайы елестетіңіз. Егер сіз орынды алаңдаушылықты сезінсеңіз, онда сіз өзіңізге мысалы мынаны айтыңыз: «Әрине, бұндай жағдай менімен болғанын қаламаймын, бірақ егер мұндай жағдай бола қалса, онда мен бұл жағдайға мойымауға тырысамын». «Егер менің досым ауырып қалса немесе өліп қалса, бұл өте қайғылы болады. Бірақ мен сонда да өмір сүруімді жалғастыра беремін, өйткені барлық өмір қайғыдан тұрмайды». «Егер мен көру қабілетімнен айырылып қалсам, маған өте ауыр болады, бірақ мен өмір қызығынан Мына ойлар тек қайғылы мәліметтерден ғана тұрмайтынына назар аударыңыз, сонымен қатар жақсы, қуанышқа толы өмір жалы ой түйін тастайды. Өзіңізді жаншылған, басылынған күйде сезінсеңіз, өз ойларыңызда «міндетті», «керек» т.с.с. сөздерді табыңыз. Мысалы: «Мен өз ақшамды байыппен ұстау керекпін. Мен неге сондай ақмақ болдым, жағдайды дұрыс бағаламадым?», «Бастығым мені бұлай төмендетуге қақысы жоқ! Мен мұндай қарым-қатынасты көтере алмаймын!

Егер сіз тек өзіңіздің қалауларыңызбен жүрсеңіз, олар шындыққа жанасса және одан **ешқашан** таймасаңыз, онда сіз күйзелістерге сирек, ал шынайы күйзелістерге мүлде ұшырамас едіңіз. Өйткені сіз нені қалайтытыңызды айтқан кезде, сіз мынандай сөздерден бастайсыз: «Маған өте ұнайды – немесе: мен қалаймын – сәттілік, көпшіліктің қолдауын, ыңғайлылықты...» және келесідей сөздермен аяқтайсыз: «Бірақ егер мен бұған жетпесем, өмір сымен бітпейді. Мен бәрібірде бақытты боламын (қалағандай болмаса да).

Немесе: «Мен сәтсіздіктерді, көпшіліктің қолдауының жоқтығын, ыңғайсыздықты жек көремін...» - және қорытындылай келе: «бірақ мен сәтсіздікке ұшырасам, көпшіліктің жаман көз қарасын немесе ауырпалықты сезінсем, мен бұған төзем, басымнан кешірем. Бұдан мен өлмеймін. Мен бәрібір, бұл қиыншылыққа қарамастан бақытты болам (қалағандай болмаса да)». Өзіңізді соңғы рет қашан абыржулы болғаныңызды есіңізге түсіріңізші. Сізді не алаңдатты? Бейтаныс адамдармен кездесу ме? Жұмыстағы ісіңіздің жағдайы ма? Сіздің жақын адамыңызбен қарым-қатынасыңыз ба? Емтихан ба? Жұмысқа орналасу үшін сынақ па? Шахмат немесе тенистен болатын партия

ма? Университетке түсу ме? Ауыр диагноз қауіпі ме? Сізге деген әділетсіз қарым-қатынас.

Сіздің алдыңызда қандай «керек», «міндеттісін» деген жағдайлар тұрды, соны белгілеңіз.

- «Мен осы адамдарға жақсы әсер қалдыруым *керек!*»
- «Егер мені жұмыста бағаласын десем, онда мен мұны істеуім *керек!*»
- «Маған бұл адам ұнайды, мен оның жақсы көз қарасына ие болуым *керек!*»
- «Бұл емтихан өте маңызды. Мен оны «өте жақсы» тапсыруға *міндеттімін!*»
- «Бұл өте жақсы орын, мен міндетті түрде жұмыс берушіге ұнауым *керек!*»
- «Егер мен бұл теннис партиясын ұтсам (немесе шахмат партиясын), онда мен барлығына жақсы ойыншы екенімді дәлелдеймін. Сондықтан мен ұтуға *міндеттімін!*»
- «Мен бара жатқан мектеп өте жақсы, мен сонда түскім келеді. Яғни мен оған түсуге *міндеттімін*, әйтпесе бұл өте өкінішті болады!»
- «Егер менде бұл қорқынышты ауру болса, бұл өте жаман болар еді, бұл шыдамастай болар еді. Бұл ауру менде нақты жоқ екендігін білуім *керек!*»
- «Мен оларға жақсы қарым-қатынаста болдым, сондықтан оларда маған жақсы қарым-қатынаста болулары міндетті. Олар менімен әділетсіз болмауы *керек*. Олардың бұлай істейтіні өте жаман!».

Сіздің өзіңізге қойған талаптарыңызға ұқсайтын сөздерді мысалдардан табыңыз. Жақында болған депрессияңызбен де соны істеңіз. Оның себебін табыңыз және осы депрессияға себепші болған талаптарды табыңыз. Мысалы:

-«Мен осы жұмысты алғым келгендіктен, мен жақсы дайындалып келуім *керек* еді, бірақ мен мұны ітемедім, яғни бұл жұмысқа лайықты емес *идиотпын!*».

-«Мен жеңу үшін көп жаттығуым *керек* еді, бірақ мен керекгінше жаттықпадым, бұл менің жалқау мыжын екенімді дәлелдейді, мен ешнәрседе жетістікке жетпеймін, теннисте де, басқада істерде де!». *Өз-өзіне, басқа адамдарға және шынайы өмір жағдайларына зерттеушілік көзқарасты қалай қалыптастыруға болады?* Сіз осы әдістерді өз-өзіне, басқа адамдарға, қоршаған әлеммен қарым-қатынасында қалай қолдана аласыз?

Ғылым фактілерге және шынайылыққа, сонымен қатар логикалық ойлауға сүйенеді. Бірақ ғылым «бәрі немесе ештеңе» сияқты ойлаудан аулақ болады және әр құбылыстың басқада жақтары болатынын ылғида есіне сақтап жүреді, сондықтан шындықта кейде қарама қайшылықтар болады.

Ғылыми-зерттеушілік ойлаудың негізгі ережелері мынандай:

1. Біз әлемде болып жатқан барлық жағдайларды, ол бізге ұнамаса да, оны өзгеркіміз келсе де, оны «шындық» деп түсінуге келісейік. Біз ылғида фактілердің шынайы екеніне немесе оның өзгеріп кеткеніне көз жеткізу үшін тексереміз және бақлаймыз. Бұл шынықты бақылау әдісін ғылымның эмпирикалық әдісі деп атаймыз.

2. Біз ғылыми заңдылықтарды, теорияларды, гипотизаларды логикалы және рет-ретімен түсіндіреміз, негізгі сәттерінде карама-қайшылықтарды тудырмауға тырысмыз, сонымен қатар жалған, шындыққа сәйкес емес «фактілерді» болдырмау. Егер теория фактілермен, логикамен дәлелденбесе, онда біз теорияны өзгертеміз.

3. Ғылым икемділікпен, догматизмнің жоқтығымен ерекшеленеді. Ғылым барлық идеяларға күмәнмен қарайды. Ғылым әр кез өзінің теорияларын өзгертуге даяр, ол жаңа ақпараттардың пайда болуына байланысты.

4. Ғылым дәлелдеуге келмейтін теорияларды қарастырмайды, мысалы, шайтандр, көрінбейтін күшті күштер туралы идеяларды.

5. Ғылым дүниеде жақсылық жасағанға шарапат және жаман қылық істегендерді жауапқа тартылуы туралы идеяларға күмәнмен қарайды, ғаламда жақсы мен жаманның абсолютті стандарты жоқ деп қарастырады.

6. Адамдардың қарым-қатынастары және қылық-әрекеті туралы ғылым ешқандай абсолютті ережелерді ұсынбайды. Егер адамдар өздері стандарттарды, ережелерді, мақсаттарды қойғандықтан, ғылым соған сәйкес адамдарның өмір сүру жағдайларын, қылық-әрекеттерін зерттеп, адам өзіне қойған талаптарды орындап жатқаны туралы ой қорытындыларын айта алады, сонымен қатар жаңа тиімді мақсаттарды, жолдарды көрсетіп түсіндіре алады. Ғылым өзімізге лайықты өмірді құру туралы тек қана меңзей алады.

РЭТ негізгі көңілін бұрынғы кезіңізде сіздің ата-анаңыз немесе басқа адамдар сізге не айтқанына, не істегеніне емес, сіздің не істегеніне, не ойлағаныңызға бөледі. Сондай-ақ РЭТ сіздің қазір не сезініп, не ойлайтыныңызды көрсетеді және өзіңіздің осал позицияныңызды қайтып өзгертуге болатынын үйретеді. Өзіңіздің РЭТ біліміңзді қолданып, өзіңізді жабырқатып, балалық кезіңізде сіз өзіңізге қандай талаптар қойдыңыз, және содан нені әлі күнге дейін қолданып жүргеніңізді талдаңыз.

Егер де сіз өзіңізді бір ерекше адам деп санайсыз ба, онда өз ойыңызда «міндеттімін», «тиістімін» деген сөзді табыңыз. Сонда сіз мысалға осылайша пайымдайсыз. «Мен мұны жақсы істедім, өйткені ол солай болу керек. Керемет. Осы жетістігім мені адам қылды». Немесе «мен оны жақсы істедім, сондықтан адамдар мені ерекше адам деп санайды. Маған олардың мені сондай деп ойлаған өте қажет, сол кезде ғана мен қанағат бола алам». Егер де сіз өзіңізді жөнсіз жаман немесе жақсы немесе жақсы сезінесіз, онда ұнамсыз, жағымсыз қасиеттерді тізім ретінде жазыңыз. Жағымсыз эмоцияларға байланысты, мысалға, депрессия, өзіңізге деген кінә сезіміңізді, эмоцияңызды орындау онай. Бірақ сіздің жөнсіз жағымды эмоцияңыздың басқа да жақтары бар. Мысалға, егер де сіз өзіңізді ұлы адам немесе басқалардан өзгеше деп ойласаңыз, онда осы жағдай ұнамсыз салдарға апарады. Мысалы,

- Сіз барлығын жақсы істейсіз деп реалсыз болды.
- Қоршағандарға деген эгоисттік, өзімшілдік, басқаларды сынамау деген қатынас.

- Сізге болашақта барлық жағынан жоғарғы деңгейді ұстану қажет емес, өйткені сіз барлық жағынан күштісізді.
- Сізді барлық қоршаған адамдар ерекше деп санағаны, бірақ болашақта сізден көңілі қалып қала ма, деген ой сізді қобалжытады.
- Сіз ылғида биіктен көріну керек, сіз сондықтан сәтсіздік сізге котострофалы болады.
- Барлық уақытыңызды істейтін іске жұмсамау.
- Менсініп қалуымен сіз басқалармен қарым-қатынасыңызды жоғалттыңыз.
- Өз жұмысыңызға тым көп көңіл бөлгенсіз, өзіңізді стресстік жағдайға апарасыз. Өзіңіздің денсаулығыңызға қауіп төндіресіз.

Көптеген терапия түрлері, соның ішінде бихевиоральдісі невротикалық симптомдарды- фобиялар, жабысқақ күйлер, ауыртпалы құмарлықтарды шешуге көмектеседі. Ал терапияның басқа түрлері, мысалы: экзистенциялды немесе психоаналитикалық түрлері «тереңірек» баруға ұмтылады, яғни пациенттердің философиялық көзқарастарын өзгертіп, осы симптомдарға болашақта төтеп беруіне көмектеседі.

РЭТ алдыға жылжып, жаңа тереңдетілен өмірлік философияны өндеуді, сонымен қоса симптоидарды жоюды мақсат тұтады. Ол адамдарға невротикалық проблемалардан *туындайтын* депрессия және қобалжудан құтылуға көмектеседі.

«Психотерапиядағы ақыл-ой және эмоция», «Ақылды өмірге жаңа жол» атты еңбектерде тышқандарға лабораториялық тұрғыда тәжірибе жүргізіліп, олардың еш нәрсеге алан болмайтындығы, невротикалық аурулармен ауырмайтындығы байқалды. Ал адамдар керсінше болады. Қобалжымау керек екендігін біле тұра, оның қаншалықты денсаулыққа зиянды екенін біле тұра болып жатқан жағдайға өзін жауапты қылып қояды. Олар қобалжулары үшін депрессияға түседі. Осының барлығынан өз- өзін аяй бастайды.

РЭТ- ті сырттан ғана қарастырғанға қарамастан ол жаулап алған терапия болып саналады. Әдістің тереңділігінің жоқтығын қатесіз болжайтын себебі- оның оңай және барлығы тез түсіне алатындығында жатыр. Осы жерде РЭТ барлық емдеу әдістерінен асып түседі, яғни әрбір адамды, оған қоса сізді де- айналадағы адамдарға және қоршаған ортаға әсер ететін және олар жағынан әсер етуіне ұшыраған тұлға ретінде қарастырады. РЭТ терапияның басқа түрлерімен салыстырғанда жүйелендірілген, яғни сізге бастапқы күнделікті қиындықтан туындаған проблемаларды және бір уақытта олармен байланысты эмоционлды проблемаларды шешуге көмектеседі. РЭТ өзінің бастауынан ең үлкен әртүрлі интеллектуалды, эмоционалды, белсенді әрекет- қылықтық әдістерді қолданады. Көптеген жылдар ішінде көп жаңа әдістемелер қосты, бірақ Арнольд Лазарустың айтуынша РЭТ әрдайын мультимодельді терапия болып қалады.

9. Психоанализ. Психодрама

Негізін салушы Роберто Ассаджиоли. Психосинтез 3. Фрейдтің «психоанализ» теориясына қарама-қарсы. Р. Ассаджиолидың ойы бойынша психоанализдың зерттеулері адам психикасын терең білуге жеткілікті түрде көмектесе алмайды. Психосинтез – адам бойындағы көптеген мүмкіншіліктердің қарама-қайшылықтары мен үзіліссіз қарым-қатынасы. Сондықтан психосинтез жеке адамның:

- ең алдымен, дамуы мен жетілуіне;
- одан кейін, өзінің «менімен» қарым-қатынас үйлесімділігіне бағытталған.

Психосинтез адамның негізгі проблемасына емес, нәтижеге бағытталған мақсаты мен позитивті мотивациясына ерекше көңіл аударады. Ассаджиоли жеке адамның құрылымын немесе «ішкі дүниесінің картасын» былайша ұсынады:

1 – адамның ең қарапайым бөлігі, психикалық әрекеттің қарапайым формалары, денені басқару, қарапайым қозулар мен негізгі құмарту, түс көру, фантазия, парапсихологиялық орталықтар, жеке адам дамуының бастауы.

2 – барлық психологиялық жағдайлармен дағдылар аймағы, тәжірибені жинақтау, ой туады; орта санасыз бен сана байланысып, біріне – бірі өтеді.

3 – суперсанасыз: шабыт, творчество, батылдық және басқа жоғарғы сезімдердің қалыптасуы, сондай-ақ жоғарғы парапсихологиялық функциялар мен рухани энергия қалыптасады немесе жеке адам дамуына резерві.

4 – саналы аймақ, түйсіктер, ойлар, қажеттіліктер бақылау мен талдауға лайықты деңгей.

5 – ең жоғарғы саналы аймақ.

6 – біздің нағыз, ақиқат негізіміз, ол өзгермейді, жоғалмайды.

Жеке адам дамуының басталуы: 1 – төменгі санасыз, 2 – орта санасыз, 3 – жоғарғы санасыз, 4 – сана аймағы, 5 – саналы, 6 – жоғарғы «мен», 7 – ұжымдық, топтық санасыздық. Ассаджиолидің шәкірті Пьеро Ферруччи «Мен»-ді екіге бөледі:

- персональды «Мен»
 - трансперсональды «Мен»
- Персональды «Мен» - психикалық саулықты шарты. Трансперсональды «Мен» - рухани жетілудің белгісі.

Ассаджиолидің психосинтез әдісі мынандай міндеттерге бағытталған:

- өзінің нақты «Мені» - не жету;
- ішкі гармония негізде ғана жету;
- қоршаған ортамен, айналадағы адамдармен адекватты қарым-қатынас орнату;

Ол үшін – Адам өзін-өзі терең танып, білуі керек.

- Жеке адамның әртүрлі элементтеріне бақылау.
- Субжекеадамдармен жұмыс істеу (негізгі құралдары: дене, эмоциялар, ой)

Субжекеадам психикалық жарақаттардан пайда болады. Субжекеадаммен жұмыс істеу кезеңдері (Руффлер 1998):

- тану, түсіну

- қабылдау
- кооридация және трансформация
- интеграция
- синтез.

Психодраманың негізін салушы Якоб Леви Морено (1892- 1974) социометрияның негізі болып табылатыны белгілі. Мореноның негізгі идеяларының негізі тұлғаның творчестволық менін жүзеге асыруға бағытталады. Оларға «кентеттен театр» шығарылғанының не үшін екенін, яғни оқылған рөлдің тұлға мағынасын міндетті емес, бірақ өзін- өзі көрсету мүмкіндіктері шексіз болады. Психодрама әдісі емдік әдіс ретінде де болуы мүмкін. Бұл яғни Мореноның сахнада қойған белгілі бір әдістің күйеумен арасындағы конфликтідегі тарихты қойды. Ол осының негізінде туындады.

Психодрамада негізгі орынды **рөлдік ойындар** әдістемесі алады. Психодрама мінез- құлықтың тұрақты моделін мүмкіндіктерін жеңуге мүмкіндік береді.

Морено бойынша, шығармашылықтың негізі- бұл қажеттілік, яғни бұл хаосқа тәуелді емес, сондықтан жаңаға адекватты жауапты ұсынады. Сонымен қатар кенеттік әрекет шығармашылық актіге әкелуі мүмкін.

Кенеттілік гештальт принципіне негізделеді, «осы жерде және қазір». Практикада бұл қарым- қатынас проблемасы сөздік формада талқыланбайды. Психодрама- тұлғаға маңызды жағдайларға немесе болашақ туралы фантазия туралы объектілеуге мүмкіндік береді.

Психодрама басқа да маңызды түсініктері - дене сөзімен байланыстырылады. Дене- бұл терең эмоционалды қатынас болып табылады. Психодрамада сонымен қатар **«катарсис»** түсінігі кең түрде қолданылады. Бірақ та катарсисте тек қана көрермендер ғана зерттелінбейді, актерлер өздерінің проблемаларын шешіп, драмалық әрекет барысында одан өздерін босатады.

Бірақ та, психодрамалық әрекеттің соңғы нәтижесі **«инсайт»** болып табылады, проблемді ситуацияны қабылдау, жаңа түсініктің туындауы, яғни нәтижесінде бұл проблема болуын қояды: бұл бірден шешілетін болады.

Психодрамада топтың жетекшісі (психотерапевт) режиссер топтардың драмалық әрекетін топтардың мүшелерінің сұраныстарына сәйкес ұйымдастырады, топ мүшелерінің сәтсіз мінез- құлық формаларын өзгертуге көмектеседі, қатысушылардың мінез- құлықтарын интерпретациялайды. Берілген этапта топ мүшелерінің жұмысын **протогонист** деп атайды. Режиссердің көмегімен аудиториялар мен арнайы шығармашылық тәсілдерін протогонист жүзеге асырады, яғни сахналық әрекеттерді, өмірлік проблемаларын шешуге көмектеседі. Протогонист өмірінің мағыналы рөлін көмекші мен деп атайды, оны сол немесе басқа қатысушы топтың қатысып, ойнай алады. Көмекші «меннің» негізгі мақсаты протогонисттің рөлін, яғни психодрамалық әрекетті жүзеге асыруға бағытталады, бірақ та қарым- қатынастың негізгі аспектілері конфликттерді тұлғааралық және өзінің ішкі

шешімін терапевтілік бағытта шешуге бағытталады. Аудитория берілген психодрамалық әрекеттің рөлін ойнамайтын адамдар ұжымын құрады.

10. Нейро-лингвистикалық бағдарлау

«Нейро-лингвистикалық бағдарламалау» - дене, тіл және мидың арасындағы қарым-қатынасты символдау болып табылады, Қазіргі кездегі НЛБ-ны жасаушылардың ішінен Роберт Дилсті атап өтуге болады. Ол қырықтан астам сендіру, динамикалық оқыту, жүйелік ойлау, творчестволық, лидерлік және бизнес тақырыптар аясында кітаптар жазған. Біз сенсорлы репрезентативті жүйе арқылы қоршаған ортаға әсер етеміз. Ең бастысы біздің Нейро-лингвистикалық картамыз шындық болып табылады.

1. Адамдар реалды өзіндік қабылдауына әсер етеді.
2. Әрбір адамның өзіндік жеке әлем каратасы бар.
3. Коммуникация негізі реакцияға әкеледі.
4. Адамдар тиімді әрекеттердің барлық ресурстарымен меңгерілген.

Өмір және сана жүйелік процесс болып табылады.

1. Адамның қоршаған ортамен қарым-қатынасы жүйелік болып табылады.

2. Жүйенің белгілі бір бөлігін толығымен қалған басқа жүйеден жою мүмкін емес. Адамдар арасындағы өзара әрекеттестік кері байланысты тудырады.

3. Жүйелер «Өзіндік ұйымдастыру» болып табылады. Сондай-ақ мұнда тек қана кері байланыс бар.

4. Кез келген мінез-құлық тәжірибе немесе реакция шектеуші факторлардың ресурстарына қызмет жасайды.

5. Бірінші деңгейде позитивті болатыны, екінші деңгейде негативті болуы мүмкін.

6. Белгілі бір деңгейде кез келген мінез-құлықтың позитивті жақтары болады.

7. Қоршаған орта және контекстілер әр кез ауысып отырады. Жақсы бейімделу үшін белгілі бір икемділік керек.

8. Егер сіздің әрекеттеріңіз күтілгендей болмаса, онда өзіңіз қалаған нәтижеге жету қажет.

Әлемнің дербес моделі бар, әлем кез келген нақты моделмен немесе әлемнің репрезентациясының арасында айырмашылықтар бар. Екіншіден өзіміз шығаратын әлем моделінің екіншісінен айырмашылығы болады. Мұны көптеген түрлі тәсілдермен көрсетуге болады. НЛБ-да шектеудің 3 категориясын көрсетуге болады. Нейрофизиологиялық, шектеу және дербес. Адамның рецептор жүйелерін қарастырайық: көру, есту, сезіну, дәм сезу. Адамның көру мүшесі толқындарды, яғни 380-нен 680 миллимикрон интервалда орналасқанда ұстай алады. Бұл интервалдар үлкен немесе кіші жаққа айытқитын толқындар адамның көзіне қабылданбайды. Берілген жағдайда біз сәйкесінше генетикалық нейрофизиологиялық шектеулермен тек қана үзіліссіз физикалық көріністерді ғана қабылдаймыз. Әлеуметтік

шектеулер немесе фильтр яғни біз оларды әлеуметтік генетикалық факторлар деп атаймыз. Әлеуметтік генетикалық фильтрдің негізіне – біздің тілдік жүйеміз жатады. Дербес шектеулер - өзіміздің өмірлік тәжірибемізге сүйене отырып, өзіміз шығаратын барлық шектеулерді жатқызамыз.

НЛБ – бұл тиімділікті зерттейді, ал моделдеу – бұл процесс, яғни тиімділікті саналы қылады. Нейро-лингвистикалық бағдарламалау саласы адамның ойлау дағдыларын моделдеу процесінде дамыған. НЛБ-да моделдеу процесі мидың жұмысын тілдік стереотиптердің анализ жолымен (лингвистикалық) және коммуникацияның вербалсыз тәсілі арқылы тексереді. НЛБ-да моделдеу әдісі бізге әрекет жасаушы рөлдік модельдердің яғни, мінез-құлық пен тілдің спецификалық стереотиптерін көрсетуге мүмкіндік береді. **Стратегия** – белгілі бір тапсырманы орындауда өзіміздің ойлауымыз бен мінез-құлығымызды жұмсауымыз. НЛБ неврологиялық процестердің қолданылу жолдарын зерттейді, яғни сезімдердің (көру, есту, сезіну, сипап сезу, дәм сезу). **Метамодель** – тіл біздің дербес тәжірибемізде күшті фильтр болып табылады. Ол біз өскен мәдениеттің бірден бір бөлігі, яғни біз оны өзгерте алмаймыз. НЛБбойынша әдебиеттерде бұл – метамодель деп аталады. Метамодель тілдің неғұрлым түсінікті қылу үшін, тәжірибе мен тілдің арасындағы байланысты қалыптастыру үшін қолданылады. Метамодель – табиғи тілдің моделі, яғни лингвистикалық толық ережелер болып табылады.

Тұлғаның нақты моделін шығаруда түрлі деңгейлері де ескеріледі. Бізге оның тарихи географиялық негізіне мән беруіміз керек, яғни қайда және қашан берілген индивидуум өзінің әрекетін жүзеге асырады. Біз оған тән мінез-құлығы мен әрекеттерін зерттеуіміз керек. Сондай-ақ ойлау мен тану стратегияларын және туғаннан пайда болған ерекшеліктерін ескеруіміз қажет. Моделдеу процесінің нәтижесінде, жеке тәжірибелердің түрлі деңгейлерінің негізінде, өзара әрекеттестікті зерттеу, келесі логикалық деңгейлер схемасын ұсынуға болады.

- Қоршаған орта сыртқы мүмкіндіктерін немесе шектеуші факторларын анықтайды. Қайда және қашан?
- Мінез-құлық индивидуумның берілген қоршаған ортада жүргізілетін оның ерекше реакциялары мен әрекеттері. Не?
- Ойлаудың стратегиялары мен жоспарларының, сондай-ақ менталды «карталардың» көмегімен мінез-құлықтық актілеріне бағытталады және жетекшілік етеді. Қалай?
- Сендіру талаптарға кері немесе жағымды әсер беруі мүмкін. Неге?
- Индивидуумның ролі алдын ала ұсынылған немесе өзіндік қабылдаумен негізделеді. Кім?
- Жанға әсер ету жүйесі. Кім? Тағы да? Және тағы да не? Осылайша моделдеу процесінің көліктері стратегияларының бернеше деңгейлерін анықтаумен тығыз байланысты болады.

Қабылдаудың позициясы деп негізгі көзқарастарды айтамыз, яғни басқа адам мен сіздің араларыңыздағы өзара қарым-қатынасты қарастрауағы сіздің шешіміңіз. *Бірінші позиция*: Сіздің қоршаған ортаны өз көзіңізбен көріп,

өзіндік көзқараспен, сендірумен, іс-әрекетпен негізделеді. Бұл көзқарастан біз өзіңізге: «Мен көріп тұрмын», «Мен сеземін» т.б. *Екінші позиция*: басқа адамның қоршаған оратны өз көзімен көріп, өзіндік көзқарасымен, сендірумен, іс-әрекетімен негізделеді, бірақ бірінші, екінші позициядағыдай сендірумен, іс-әрекетімен тығыз байланысты. Бұл позициядан сіз өзіңізге және басқа адамға: Ол ол жерде, «Олар сезінеду». *Метапозиция: Үшінші позициямен* негізделеді, бірақ сендірумен іс-әрекетті бөлуде екі позицияның біреуін ғана қабылдайды. *Бақылаушының позициясы*: Үшінші позициямен негізделеді, бірақ екінші, бірінші позицияларды қабылдайды.

НЛБ адамдардың міне-құлықтарына әсер ететін физиологиялық процестердің өзгеруі мен қолданылуын, көрінуін қарастырады. Негізінде адамның миы компьютер тәрізді: ол бағдарламаларды орындайды. Нақты менталды прогаммаларды орындауда адамның психикалық жағдайы анықталады. Менталдық программалардың орындаудың тиімділігі қабылдағыштық пен стресті анықтайды. Жүрек қағысының жиілеуі және демалысы, поза, қанқысымы, қозғалыс реакциясы және тері қабатының реакциясы – мұның баршаға психикалық жағайды өзгерістердің физикалық белгілері НЛБ-да мұндай белгілер идентификациялау мен модельдеу үшін қолданылады.

«Якорение» - кез келген және сыртқы жағдайларға байланысты (дауыс, сөз, қолын көтеру, интонация) кейбір реакциялармен байланысты процесс. Якоря табиғи образбен туындауы мүмкін. Жағымды якорь – ресурстың жағдайдағы якорь (жағымды алаңдау). Жағымсыз якорь – проблемді жағдайдағы якорь (жағымсыз алаңдау). Якорьді орнатуда үш негізгі ережені сақтау керек:

1. Якорь – алаңдаудың шарықтау «шегіне» дейін қойылу керек. «Пик» жағдайында оны біртіндеп алу керек. Бұл өте маңызды.

2. Кез келген дыбыс, қозғалыс якорь болуы мүмкін.

3. Сіз якорьді неғұрлым дәл орындайсыз: дәл сол сияқты дыбыс, дәл сол сияқты сөз, дәл сол сияқты интонациямен орындалған, дәл сол сияқты қозғалыс.

Тактильді якорь – бұл ең сенімді және қолайлы. Ал аудиалды якорь – оны әдетте ұстауға өте қиын, қолайсыз, клиент мұндай кері қарап, көзін жұмуы мүмкін. Сондықтан да ең алдымен устаноканы тактильді якорьдан бастайды.

Визуальді якорь – визуальдық якорьға «гипнотизердің позасы» қозғалыстар, кеңістіктегі жағдай мимиканы жатқызуға болады.

Аудиальды якорь – аудиальді якорьді екіге бөліп қарастыруға болады: дауыстық және дыбыстық. Дауыстық өзіне тән дауыстық ерекшеліктеріне байланысты болады: интонация, жылдамдығы, ырғақ және т.б. Дыбыстық якорь қолдағы заттардың көмегімен жүзеге асады (колокольчик, дудочканы қолданады). Якорьмен жұмыста ең маңыздысы – бұл тек қана якорьдің устанокасы ғана емес, яғни оны қолдануға болатын жағдайды алу болып табылады. Ең қарапайым тәсілі – клиент өзі қолайлы жағдайға кіргенді тосу. Бұл пассивті тәсіл болып табылады. Бұл өте қолайлы, бірақ бұл тәсілде өте көп

тосу керек. Жағдайды шығарудың келесі тәсілдері неғұрлым белсендірек болып келеді. Тікелей – клиентке қажетті жағдайға кіруді сұрайды. Келесі тәсілі – сізге қажетті жағдайдағы ситуацияны клиентке есіне түсіруді сұрау.

Метапрограммалар – адамның қабылдауындағы базалық сүзгіні айтамыз. Адамға оның санасындағы шектеулерге байланысты әр кез оның «артық» ақпараттарын алып тастау керек. Негізгі метаграммаларға: референция, мотивация, салыстыру фокусы және бөлу тәсілдері. *Референция* - адамдардың өз нормаларын білуі. Адам ішкі референциясымен өзінің ішкі нормаларына қатынас жасайды және түрлі әрекеттерін салыстыруда және шешім қабылдауда қолданады. Салыстыруды жүзеге асыруда ол өзінің ішкі нормаларына сүйенеді. *Мотивация: активті – пассивті*. Белсенді (активті) адам өз-өзін бейімдейді. Пассивті адам сыртқы әрекетке негізделеді. Ол басқа адамдардың әрекетін тосады.

Салыстыру фокусы. Бір адамдар заттардың бір-біріне ұқсастығы туралы айтса, екіншілер олардың айырмашылықтары бар екенін айтады. Дәл осы тәрізді берулері қалыптыға негізделсе, екіншілері жаңа нәрсені іздейді. Яғни, бұл – салыстыру фокусы. *Сәйкестілік ориентациясы*. Ең алдымен ұқсас, сәйкес заттарға дейін аударылады. Бұл адамдар өзгерістер өте баяу, ақырын болуын қалайды, яғни жұмыстағы ситуация уақытымен дамуы. Олар көбінесе салыстырудың мынандай типтерін қолданады: «жақсы», «жаман», «үлкен», «кіші». *Ақпаратты ұйымдастыру стилі* – бұл метаграмма адамдардың қалай ойлайтынын, өзіндік ойлауды қалай ұйымдастыратынын жайлы сипаттайды. Кейде басқа адамға бір нәрсені түсіндіру өте қиын, ауыр болады, себебі ол адам басқаша ойлайды. Бұл көп жағдайда конфликтіге және түрлі көзқарасқа әкеп соғады. Кейбір адамға «басқа» адамның ойлау стилін түсіну қиын болады.

Сендіру. Роберт Дилтс сендіруді былай анықтайды: Сендіру – бұл белгілі бір қарым-қатынастың арасындағы өмірлік тәжірибенің түрлі көрінісі. *Құндылықтар* – бұл адамға өмірдегі ең маңыздысы. Құндылықтар әр кез номинализациясымен түсіндіріледі: махаббат, достық, бақыт. Сондай-ақ сөз құрамы болуы мүмкін: өз-өзіне сенімділік, ол оның әрекетін анықтайды, бағыттайды, шынайы сезімдері. Сендіру бізге басқа адамға керектігін, ол неге мұндай реакция беретінін, оның әрекетінің себебін түсінуге көмектеседі. Кез келген құрал сияқты сендіру де қажетті және сондай-ақ шектеуші де болады. Қажеттісі – максималды түрде өзіндік мүмкіндіктері мен талпынуларын жүзеге асыруға көмектеседі.

Рефрейлинг – (ағыл. Frame-рамка) – қайта қалыптастыру. Рамка өзгерсе – түсінігі өзгереді. Түсінігі өзгергенде мінез-құлығы, реакциясы да өзгереді. Рефрейлингтің екі негізгі түрі бар: контекстің рефрейлингі және рефрейлингтің мазмұны. *Метаформа* сөзі НЛБ-да яғни жалпы жағдайдағы салыстыруда, тарихи немесе риторикалық фигуралардың мағынасында қолданылады. Ол қарапайым ұзақ тарихты, аллегорияны қарастырады. Метафоралар тікелей әрекет жасайды. Қарапайым метафоралар қарапайым салыстыруды: қозы сияқта ақ сурет сияқты, піл сияқты үлкен. Күрделі

метафоралар – бұл тарих. Жақсы айтылған тарих саналы ойға кедергі жасап, санасыз белсендендіреді. Бұл транс жағдайындағы адаммен қарым-қатынаста болудың пайдалы тәсілі болып табылады.

Әдебиеттер тізімі

1. Акимов, О.Е. Правда о Фрейде и психоанализе / О.Е. Акимов. - М.: Акимова, 2005. - 279 с.
2. Бион, У.Р. Элементы психоанализа / У.Р. Бион. - М.: Когито-Центр, 2009. - 127 с.
3. Благовещенский, Н. Учитель и ученик: между Эросом и Танатосом. Психоанализ педагогического процесса / Н. Благовещенский. - СПб.: Символ-плюс, 2000. - 224 с.
4. Боковиков, А.М. Энциклопедия глубинной психологии. Т. 2. Психоанализ общества / А.М. Боковиков. - М.: Когито-Центр, 2001. - 752 с.
5. Варданян, А. Этюды по детскому психоанализу / А. Варданян. - М.: Когито-Центр, 2002. - 154 с.
6. Виленский, О.Г. Зигмунд Фрейд и психоанализ: Взгляд психиатра / О.Г. Виленский. - М.: Вузовская книга, 2009. - 152 с.
7. Виленский, О.Г. Зигмунд Фрейд и психоанализ / О.Г. Виленский. - М.: Вузовская книга, 2009. - 152 с.
8. Голдсмит, Г. Клинические и исторические аспекты психоанализа. Избранные работы. Вып. 12 / Г. Голдсмит. - М.: Когито-Центр, 2015. - 263 с.
9. Грин, А. Терапевтические отношения в психоанализе / А. Грин. - М.: Когито-Центр, 2007. - 236 с.
10. Гринсон, Р.Р. Техника и практика психоанализа: Учебник / Р.Р. Гринсон; Пер. с англ. С.А. Баклушинский, И.Ю. Баклушинская. - М.: Когито-Центр, 2010. - 478 с.
11. Гринсон, Р.Р. Техника и практика психоанализа / Р.Р. Гринсон. - М.: Когито-Центр, 2010. - 478 с.
12. Гуревич, П.С. Психоанализ. Т.1. Фрейдизм и неофрейдизм: Учебник для магистров / П.С. Гуревич. - М.: Юрайт, 2013. - 531 с.
13. Гуревич, П.С. Психоанализ. Т.1. Фрейдизм и неофрейдизм: Учебник для магистров / П.С. Гуревич. - Люберцы: Юрайт, 2016. - 531 с.
14. Гуревич, П.С. Психоанализ. Т. 2. Современная глубинная психология: Учебник для магистров / П.С. Гуревич. - М.: Юрайт, 2013. - 564 с.
15. Гуревич, П.С. Психоанализ. т. 2. современная глубинная психология: Учебник для магистров / П.С. Гуревич. - Люберцы: Юрайт, 2016. - 564 с.
16. Джексон, Г. Тайный закон садоводства. Глубинная психология и психоанализ / Г. Джексон. - М.: КДУ, 2007. - 176 с.
17. Змановская, Е.В. Современный психоанализ. Теория и практика. / Е.В. Змановская. - СПб.: Питер, 2011. - 288 с.
18. Казанская, А. Терапевтические факторы в психоанализе. Специфичность и неспецифичность процессов трансформации / А. Казанская. - М.: Когито-Центр, 2007. - 206 с.
19. Каплан-Солмз, К. Клинические исследования в нейропсихоанализе. Введение в глубинную нейропсихологию / К. Каплан-Солмз, М. Солмз. - М.: Академический проект, 2016. - 271 с.

20. Куттер, П. Психоанализ: Введение в психологию бессознательных процессов / П. Куттер, Т. Мюллер; Пер. с нем. В.Н. Николаев, С.И. Дубинская. - М.: Когито-Центр, 2011. - 384 с.
21. Лакан, Ж. Работы Фрейда по технике психоанализа.: (Семинар, Книга I (1953-1954)) / Ж. Лакан. - М.: Гнозис, Логос, 2009. - 432 с.
22. Лиар, Д. Детский юнгианский психоанализ / Д. Лиар. - М.: Когито-Центр, 2008. - 207 с.
23. Метц, К. Воображаемое означающее. Психоанализ и кино / К. Метц; Пер. с фр. Д. Калугин, Н.С. Мовнина; Науч. ред. А. Черноглазов. - СПб.: Европ. ун-т в СПб, 2013. - 334 с.
24. Немировский, К. Винникот и Кохут: Новые перспективы в психоанализе, психотерапии и психиатрии: Интерсубъективность и сложные психические расстройства. / К. Немировский. - М.: Когито-Центр, 2010. - 217 с.
25. Нойманн, Э. Великая Мать: глубинная психология и психоанализ / Э. Нойманн. - М.: КДУ, 2012. - 410 с.
26. Рехардт, Э. Ключевые проблемы психоанализа: Избранные труды. / Э. Рехардт. - М.: Когито-Центр, 2009. - 331 с.
27. Россохин, А.В. Рефлексия и внутренний диалог в измененных состояниях сознания: Интерсознание в психоанализе. / А.В. Россохин. - М.: Когито-Центр, 2010. - 304 с.
28. Самуэлс, Э. Юнг и постюнгианцы. (Глубинная психология и психоанализ) / Э. Самуэлс. - М.: КДУ, 2012. - 408 с.
29. Серван-Шрейбер, Д. Антистресс. Как победить стресс, тревогу и депрессию без лекарств и психоанализа / Д. Серван-. - М.: РИПОЛ классик, 2012. - 352 с.
30. Серван-Шрейбер, Д. Антистресс. Как победить стресс, тревогу и депрессию без лекарств и психоанализа / Д. Серван-. - М.: РИПОЛ классик, 2013. - 352 с.
31. Спиркина, Е.А. Психоанализ и искусство. / Е.А. Спиркина. - М.: Когито-Центр, 2011. - 176 с.
32. Столороу, Р. Клинический психоанализ. Интерсубъективный подход / Р. Столороу, Б. Брандшафт, Д. Атвуд. - М.: Когито-Центр, 2011. - 256 с.
33. Фрейд, З. Техника психоанализа / З. Фрейд. - М.: Академ. Проект, 2008. - 292 с.
34. Фрейд, З. Лекции по введению в психоанализ / З. Фрейд. - М.: Академ. Проект, 2009. - 597 с.
35. Фрейд, З. Зигмунд Фрейд. Психопатология обыденной жизни. Толкование сновидений. Пять лекций о психоанализе / З. Фрейд. - М.: Эксмо, 2015. - 608 с.
36. Фрейд, З. Психоанализ творчества. Леонардо да Винчи, Микеланджело, Достоевский / З. Фрейд. - М.: Алгоритм, 2016. - 256 с.
37. Фрейд, З. Введение в психоанализ / З. Фрейд. - СПб.: Лениздат, 2012. - 544 с.

38. Фрейд, З. О психоанализе Леонардо да Винчи / З. Фрейд. - Харьков: Фолио, 2010. - 256 с.
39. Фрейд, З. Введение в психоанализ: Лекции / З. Фрейд; Пер. с нем. Г.В. Барышникова; Под ред. Е.Е. Соколова, Т.В. Родионова. - СПб.: Азбука, Азбука-Аттикус, 2013. - 480 с.
40. Хорни К. Новые пути в психоанализе / К Хорни. - М.: Академ. Проект, 2009. - 239 с.
41. Хорни, К. Невротическая личность нашего времени. Новые пути в психоанализе / К. Хорни; Пер. с англ. А.М. Боковиков. - СПб.: Питер, 2013. - 304 с.
42. Хоуэлл, О.Э. Астрология как инструмент психоанализа / О.Э. Хоуэлл. - СПб.: ИГ Весь, 2015. - 288 с.
43. Шмбаев, А.М. Психоанализ. Среди Миров, Пространств, Времен / А.М. Шмбаев. - М.: Когито-Центр, 2016. - 235 с.
44. Эткинд, А.М. Эрос невозможного. История психоанализа в России / А.М. Эткинд. - М.: Класс, 2016. - 592 с.

Мазмұны

Кіріспе	3
Тақырып №1. Тұлға түсінігін зерттеудің әлемдік теориялары	4
Тақырып №2. Классикалық психоанализ	13
Тақырып №3. Альфред Адлер: тұлғаның индивидуалды теориясы	19
Тақырып №4. Карл Густав Юнг: тұлғаның аналитикалық теориясы	22
Тақырып №5. Эго-психологиясы және оның тұлғаның психологиялық теорияларымен байланысы: Э.Эриксон	33
Тақырып №6. Психоанализ және қоғам: Эрих Фроммның мінез-құлық туралы психоаналитикалық ілімі	38
Тақырып №7. Карл Роджерстің психоаналитикалық психотерапияның дамуына әсері	45
Тақырып №8. Аналитикалық психологиядағы психотерапиялық динамикалық бағыттар	52
Әдебиеттер тізімі	91

Еркинбекова М.А.
– психология ғылымдарының кандидаты, доцент

Аналитикалық психология негіздері: ЖОО-ға арналған оқу құралы. «Қайнар» академиясының баспасы: Алматы, 2020 ж. - 95 б., (ЖОО-ға арналған оқу құралы).

Теруге 28.10.2020 ж. жіберілді. Басуға 26.11.2020 ж. қол қойылды. Қаріп түрі «Times New Roman.kz».
Офсеттік басылыс. Баспа табағы 6.
«Қайнар» академиясының баспасы. Ішкі қолданыс үшін.
Алматы қаласы, Сәтбаев көшесі 7 А.