КУРСОВАЯ РАБОТА

**Гуманистический подход в психологии и его применение в социальной работе**

**Содержание**

Введение

Глава I. Гуманистический контекст психологической помощи в социальной работе

1.1 Использование в социальной работе клиент-центрированного подхода К. Роджерса

1.2 Помощь клиентам социальной работы в рамках мотивационно-потребностной теории А.Г. Маслоу

1.3 Значение экзистенциальной психологии в социальной работе

Глава II. Эмпирические основания использования гуманистического подхода в социальной работе

Заключение

Литература

Приложение

**Введение**

Психология занимает одно из важнейших мест в обеспечении социальной работы. Она дает огромное множество приемов, используемых для решения задач социальной работы. Например, существуют методы социального научения, которые ориентируются на бихевиористские теории, применение также находят такие теории как психоаналитическая, когнитивистская и многие другие. Но в данной работе внимание направлено на гуманистический подход в социальной работе. Естественно, что психологические основы социальной работы образуеттеория личности. Социальная работа тесно связана не только с типизацией личностей, но и соответственно этому теоретическими основами тех или иных подходов.

**Цель** работы состоит в анализе гуманистического подхода в психологии с точки зрения его применения в социальной работе.

Для достижения этой цели можно выделить следующие **задачи**:

1. провести анализ различных гуманистических теорий с точки зрения их применения в социальной работе;
2. провести исследование на определение типа направленности личности среди студентов, обучающихся по специальности «социальная работа»;
3. описать и объяснить полученные результаты.

В качестве **гипотезы** всей работы было выдвинуто предположение, что применение гуманистического подхода в социальной работе является важным и оправданным, особенно при работе с людьми, оказавшимися в так называемых «пограничных ситуациях».

В мире накоплен колоссальный опыт социальной работы с людьми, находящимися в «пограничных» ситуациях. Имеется и немалый отечественный опыт (как дореволюционного, так и советского периодов). И практика показывает, что часто социальные работники сталкиваются с проблемами, которые не могут решить в рамках иного подхода, кроме как гуманистического. Потому что клиенты социальных работников как раз находятся в пограничных ситуациях, где происходит актуализация экзистенциальных потребностей человека. Таким образом, в современном обществе темы смерти, смысла, ответственности и др. играют ведущую роль именно в контексте социальной работы.

Первоочередная задача социального работника заключается в том, чтобы понять людей, чьи мысли и чувства - под влиянием личных и социальных переживаний - повернулись, в основном, к проблеме бессмысленности жизни. Это бывает не только в случаях социальной патологии (параноидальной одержимости идеей самоубийства), но и в ситуациях, не так уж редко выпадающих на долю в принципе здоровых людей: в ситуациях конфликтного выбора, отчаяния, конфронтации со смертью.

Экзистенциальная и гуманистическая психология оправданно исходят из того, что близость, угроза смерти чаще всего заставляет людей задуматься о смысле и содержании прожитой жизни, "повернуться" от быта, от повседневности к самому бытию, к собственной экзистенции - сущности, которая едина с существованием.

В рамках же социальной работы гуманистический подход к клиентам оправдан тем, что человек находящийся в пограничной ситуации стоит наиболее близко к моменту переоценки своей жизненной ситуации и осознании себя как *субъекта* деятельности. И социальный работник, работающий в рамках гуманистической парадигмы должен показать клиенту, что не существует такой проблемы, в которой не было бы бесценного дара для человека. И словами Р. Баха можно продолжить, что «Ты создаешь себе проблемы, потому что эти дары тебе крайне необходимы».

**Глава I. Гуманистический контекст психологической помощи в социальной работе**

*«Вспомни, откуда ты пришел и куда ты идешь, и прежде всего, подумай о том, почему ты создал беспорядок, в который сам попал».*

*Р.Бах*

Гуманистическая психология имеет множество направлений и модификаций, представляемых различными авторами, но, на мой взгляд, в них все же существуют некоторые инвариантные составляющие, связанные единым методологическим ядром.

Для начала следует выделить основные направления гуманистической психологии, которые будут рассмотрены ниже.

Во-первых, к этому направлению необходимо отнести концепцию ***Карла Роджерса***.

Во-вторых, гуманистическую психологию просто не возможно представить без ***Абрахама Маслоу***.

В-третьих – внимания заслуживает экзистенциональная психология, одним из самых ярких представителей которой является ***Ирвин Ялом***.

Это, конечно, всего лишь некоторые представители гуманистического подхода в психологии, но я думаю, что их вклад наиболее важен для формирования максимально полной картины восприятия данной психологической парадигмы.

С точки зрения гуманистической психологии, принципиальным содержанием развития личности является самоатуализация, или, другими словами, полная реализация изначального потенциала. «Становиться и быть собой» - вот психологическая основа благополучия человека. «Такое благополучие означает быть полностью рожденным, то есть стать тем, чем человек является потенциально» [4, с.37]. Проблема «создания хорошего человека» - это проблема «самоэволюции человека». И ее неотъемлемой частью является познание человеком себя. Маслоу писал, что «нам необходим такой человек, который был бы ответственен за себя и свое развитие, досконально знал самого себя, умел осознавать себя и свои поступки, стремился к полной актуализации своего потенциала»[2, с. 114]. Но, увы, звучит это довольно иронично, особенно в контексте социальной работы. А важным в данном случае является характеристика ***субъектной*** позиции человека. Осуществление человеком собственной жизни как цепочки выборов предполагает опору и на внутренние ориентиры, и на внешние условия и обстоятельства. Именно это важно для социального работника – показать клиенту возможность выбора. Выбора, который обусловлен, прежде всего, осознанностью клиентом своей ситуации и себя самого в данный момент жизни и времени. Сюда очень кстати подходит высказывание Баха, что «Каждый человек, появляющийся в твоей жизни, все события, которые с тобой происходят, - все это случается с тобой потому, что это ты притянул их сюда. И то, что ты сделаешь со всем этим дальше, ты выбираешь сам». Данная мысль может показаться довольно спорной, но не это главное, главное, что наиболее фундаментальным выражением болезни общества является феномен отчуждения, состоящий в том, что человек не ощущает себя субъектом собственных действий и из уникального и неповторимого творца собственной жизни превращается в «лишенную индивидуальных качеств вещь, зависимую от внешних для нее сил»[4]. Также, в своей работе Э. Фромм писал, что фактически большая часть из того, что составляет человеческое сознание, является фикцией и заблуждением; дело не столько в неспособности человека увидеть истину, сколько во влиянии на него общества.[8]

**1.1 Использование в социальной работе клиент-центрированного подхода К. Роджерса**

В рамках гуманистического подхода существенно выделить концепцию **К. Роджерса**. Основная суть его психологии заключается в акцентированном на личности подходе, в котором личность является контролирующим центром для принятия решений. В основе такого подхода – человек, его предназначение жить и действовать. По убеждению Роджерса, ядро, сердцевина каждого человека – конструктивны и, если у личности есть выбор, она всегда выбирает позитивный путь развития. И только на основе свободного индивидуального выбора могут пробуждаться самодвижущие силы развития личности, формироваться личностная, индивидуальная субъектность.[1,4]

Решающую роль в жизни и развитии человека с точки зрения такого подхода имеют его представления о самом себе – Я-концепция, центральным звеном которой является понятие «самоценности». Все поведение человека обусловлено и регулируется неким объединяющим мотивом, который Роджерс называл *тенденцией актуализации*. Он представляет собой «свойственную организму тенденцию развивать все свои способности, чтобы сохранять и развивать личность».[4,с.29] Таким образом, важнейший мотив жизни человека – это актуализировать, то есть сохранить и развить себя, максимально выявить лучшие качества своей личности, заложенные в ней от природы. Человеком управляет процесс роста, в котором его личностный потенциал приводится к реализации. К тому же Роджерс утверждал, что эта конструктивная биологическая тенденция является общей для всех форм жизни – она присуща не только людям, даже не только животным, но всему живому. Это сущность жизни!

Роджерс считает, что каждый человек исходно мотивирован просто тем, что живет. Человечество в основе своей является активным и самоактуализирующимся в силу своей собственной природы. Может показаться, что данные идеи Роджерса весьма утопичны и мало отражаются в жизненных реалиях, и это будет вполне оправданно. Но с точки зрения применения теории клиент-центрированной психотерапии Роджерса в практике социальной работы, важным может оказаться вопрос о том, что поведение человека нельзя понять, не обращаясь к его субъективной интерпретации событий. Ведь если убеждения социального работника относительно личности другого человека, в частности клиента, сводятся к представлению о нем как об объекте, который необходимо подвергнуть диагностике и анализу, об объекте, которым можно манипулировать и распоряжаться по своему усмотрению, то деятельность социального работника перестанет быть эффективной, по крайней мере, в рамках гуманистического подхода.

В теории Роджерса кризис наступает, когда люди осознают несоответствие между Я-концепцией (и связанными с ней условиями ценности) и какими-то аспектами актуального переживания. Но, несоответствие между «Я» и переживанием не всегда воспринимается на сознательном уровне. Весьма вероятна ситуация, когда человек чувствует угрозу, не осознавая этого. Когда существует несоответствие между Я-концепцией и переживанием, и человек не осознает этого, он потенциально уязвим для тревоги и личностных расстройств. И поэтому важно повысить у клиента осознание им себя самого в той ситуации, в которой он оказался.

Исследования, в основе которых лежат теоретические разработки Роджерса, касаются предположений, что чем в большей степени человек принимает себя, тем выше вероятность, что он принимает других. Такая связь между самопринятием и принятием других основана на наблюдении, сделанном Рождерсом, что в начале терапии клиенты обычно имеют негативную Я-концепцию – они не способны принимать себя. Однако как только такие клиенты начинают больше принимать себя, они в большей степени начинают принимать и других. Иначе говоря, Роджерс предположил, что если самопринятие имеет место (то есть если несоответствие реального и идеального «Я» мало), то появляется чувство приятия, уважения и ценности других. Так же и Эрих Фромм утверждал, что любовь к себе и любовь к другим идут рука об руку.

Повышение у клиента уровня самопринятия это важная задача, но этот вопрос, на мой взгляд, целесообразней рассмотреть со стороны принятия клиента социальным работником. Что позволяет социальному работнику испытывать глубокое уважение и чувствовать безусловное принятие другого, так необходимые для эффективной работы. И такое отношение к миру может возникнуть лишь у человека, который обладает базовым уважением к самому себе и признает в первую очередь ценность и значимость самого себя. Никто и никогда, даже при самом удачном стечении обстоятельств, не сможет принять другого, если у него сначала не произошло принятия самого себя. И здесь задача социального работника – понять самовосприятие клиента. И насколько клиент будет чувствовать, что его принимают, настолько у клиента появится возможность достичь позитивного изменения личности.

В одной из своих работ («Консультирование и психотерапия, 1942) Роджерс предложил следующие шаги процесса психологической помощи клиенту:[7,с.323]

- клиент обращается за помощью;

- определяется ситуация;

- поощряется свободное выражение чувств;

- консультант одобряет и поясняет;

- постепенно позитивные чувства находят выражение;

- положительные импульсы становятся узнаваемыми;

- разрабатывается инсайт;

- поясняется выбор;

- предпринимаются позитивные действия;

- инсайт углубляется;

- возрастает независимость;

- потребность в помощи снижается.

И по такой предполагаемой последовательности событий выражается убеждение Роджерса в том, что клиенты сами определяют свой путь развития, пользуясь помощью и одобрением консультанта.

Очень многие аспекты роджерианского подхода достаточно легко усвоить и эффективно использовать на практике. Но гораздо труднее приобрести личностные характеристики, обязательные для эффективности подобного подхода. Способность по-настоящему присутствовать рядом с другим человеком – понять страдания человека и поддерживать в нем уверенность в своем росте – это достаточно трудновыполнимое требование к личности социального работника, работающего в рамках клиент-центрированного подхода.

Для того чтобы сформировать необходимые качества у будущих социальных работников можно в учебном процессе использовать различные упражнения, направленные на развитие способности принятия человека таким какой он есть. Познакомится с описанием некоторых заданий и упражнений можно в работах самого Роджерса, а также ниже я приведу несколько классических упражнений, которые могут помочь студентам овладеть центрированным на личности подходом.

***Упражнение 1.***

*Выберете партнера, с которым будете работать. Один из вас будет консультантом, другой – клиентом. Меняйтесь ролями, так чтобы вы опробовали обе ситуации. Для начала клиент рассказывает консультанту неприятный случай из своей жизни, который, вероятно, трудно было бы рассказать. Например, вы можете поделиться рассказом о том, как вы лгали или вас обвиняли в том, что вы несправедливы и злы.*

*Как консультант, вы прилагаете все усилия к тому, чтобы понять то, что вам рассказывают. Слушайте так, чтобы вы смогли повторить рассказ. Повторяйте клиенту то, что слышите. Вы хотите понять точно сказанное вам. Не акцентируйте внимания на правильности или неправильности поведения, не предлагайте совет, не критикуйте. Продолжайте воспринимать клиента как еще одно человеческое существо, независимо от того, что он или она вам рассказывает.*

*Зафиксируйте момент, когда вам захочется прокомментировать, когда у вас появится стремление судить, жалеть или если вас встревожит рассказ вашего клиента. Обратите внимание на то, как трудно одновременно осознавать ваш собственный опыт, оставаться эмпатичным и сохранять позитивное отношение. Попытайтесь понять собственные ощущения. Вам может показаться легко, играть в искреннее поведение, но в такой ситуации намного труднее обладать настоящей эмпатией и позитивным отношением.*

*Поменяйтесь ролями. Проделайте ту же самую процедуру. Как клиент, попробуйте понять, что значит, когда тебя слушают и не осуждают.*[7, с. 327]

***Упражнение 2.***

(Данное упражнение представляет собой адаптацию одного из упражнений, которые давал своим ученикам Роджерс. Оно помогает оценить, насколько хорошо вы понимаете другого человека).[7,с.331]

*В следующий раз, когда вы начнете спорить с соседом по комнате, близким другом или маленькой группой друзей, на секунду прекратите дискуссию. Установите следующее правило: любой может высказать свое возражение только после того, как он точно перескажет мысли и чувства того, кто говорил раньше. Прежде чем излагать свою точку зрения, вы должны действительно понять мысли и чувства противоположной стороны и суммировать их.*

*Когда вы попробуете проделать это упражнение, оно может сначала показаться вам трудным. Но как только вы сможете встать на точку зрения другого человека, ваши собственные представления сильно изменяться. Различия снимаются в процессе понимания. Любые сохраняющиеся различия станут каждому из вас более очевидны.*

**1.2 Помощь клиентам социальной работы в рамках мотивационно-потребностной теории А. Маслоу**

Из работ А. Маслоу можно позаимствовать очень много аспектов, которые могут эффективно использоваться в практике социальной работы. В первую очередь это теория мотивации и иерархии потребностей. Маслоу описал человека как «желающее существо», который редко достигает состояния полного, завершенного удовлетворения. Если одна потребность удовлетворена, другая всплывает на поверхность и направляет внимание и усилия человека. Жизнь человека характеризуется тем, что люди почти всегда чего-то желают.

Так, Маслоу называл невроз и психологическую разлаженность дефицитарными болезнями; он считал, что такие заболевания вызываются тем, что не удовлетворены некоторые основные потребности, точно так же, как отсутствие некоторых витаминов может вызвать болезнь.[2] С подобной ситуацией довольно часто могут встретиться социальные работники, и тогда им необходимо иметь ввиду, что способствуя удовлетворению клиентом какой-то одной потребности может произойти вскрытие других, более глубоких неудовлетворенных потребностей. Так же надо помнить, что объем и способ удовлетворения потребностей неодинаковы у разных людей, но основные потребности (такие, как голод) нельзя игнорировать никогда.

Ниже приведена иерархия потребностей в порядке их очередности:

- физиологические потребности;

- потребности безопасности и защиты;

- потребности принадлежности и любви;

- потребности самоуважения;

- потребности личного совершенствования.

Удовлетворение потребностей, расположенных внизу иерархии, делает возможным осознание потребностей, расположенных выше в иерархии, и их участие в мотивации.

Таким образом, физиологические потребности должны быть в достаточной степени удовлетворены прежде, чем возникнут потребности безопасности; физиологические потребности и потребности безопасности и защиты должны быть удовлетворены до некоторой степени прежде, чем возникнут и будут требовать удовлетворения потребности принадлежности и любви. Очень важно чтобы социальный работник это учитывал при работе с клиентами, а иначе его деятельность просто перестанет быть эффективной.

Ключевым моментом в концепции иерархии потребностей Маслоу является то, что потребности никогда не бывают удовлетворены по принципу «все или ничего». Потребности частично совпадают, и человек одновременно может быть мотивирован на двух и более уровнях потребностей. К тому же потребности, появляющиеся в иерархии, возникают постепенно. Люди не просто удовлетворяют одну потребность за другой, но одновременно частично удовлетворяют и частично не удовлетворяют их. «Высшая природа человека опирается на его низшую природу, нуждаясь в ней, как в основании, и рушится без этого основания. Таким образом, большая часть человечества не может проявить свою высшую природу без удовлетворения базовой низшей природы».[[1]](#footnote-1)🞽

Еще одним не маловажным аспектом теории Маслоу является понятие метамотивации. Метамотивация относится к поведению, на которое влияет рост потребностей и ценностей. Хотя, Маслоу и считает, что такой вид мотивации чаще всего встречается у самоактулизирующихся людей, которые уже удовлетворили свои низкие потребности, не стоит недооценивать важность этой концепции для социальной работы. Ведь, с подобными проблемами социальный работник, скорее всего, встретится у клиентов пожилого, пенсионного возраста. И связано это с тем, что метамотивация часто принимает форму служения идеалам или целям, чему-то такому, что «вне тебя». Метапотребности связаны с основными потребностями, и их неудовлетворение вызывает метапотологии – отсутствие ценности, значимости, завершенности в жизни. И тут достаточно вспомнить о том, как болезненно отразилось на многих людях в нашей стране крушение коммунистических идеалов, распад советского союза.

Метажалобы свидетельствуют о фрустрации метапотребностей, например таких как справедливость, истина. И следуя теории Маслоу можно сказать, что этот уровень недовольства является хорошим показателем того, что все остальное в порядке. Когда жалобщики недовольны несовершенством общества, отсутствием справедливости и т. д. – это положительный знак. Это значит, что несмотря на высокую степень удовлетворения основных потребностей, люди все же стремятся к дальнейшим улучшениям и росту. Фактически Маслоу наводит на мысль о том, что хорошим показателем развития общества является наличие недовольных среди его членов.[2]

Но, к большому сожалению, практика социальной работы в нашей стране говорит о том, что подобные метажалобы клиентов довольно часто сопряжены с рядом дополнительных проблем, которые значительно усложняют ситуацию, с которой приходится работать социальным работникам.

И все же, каким бы утопичным и идеалистическим не казался подход Маслоу к пониманию сущности человека, его идеи играют важную роль в гуманистически направленном консультировании клиентов социальной работы. Ведь, «Человеку необходимо иметь какую-то жизненную основу из личностных ценностей, из философских убеждений… Чтобы чем-то жить и быть понятым другими людьми, это нужно, как нужен солнечный свет, кальций или любовь.»[2,с.26]

**1.3 Значение экзистенциальной психологии в социальной работе**

Одним из самых известных представителей экзистенциального подхода в психологии является Ирвин Ялом. И его теория может широко использоваться не только в практической психологии, терапии и консультировании, но и в социальной работе.

Ялом в своей теории исходит из того, базисный конфликт человека обусловлен конфронтацией индивидуума с данностями существования. И человек открывает для себя содержание этих данностей с помощью глубокой личностной рефлексии. В свою очередь, катализатором процесса рефлексии часто служит экстремальный опыт. Он связан с «пограничными» ситуациями – такими, например, как угроза личной смерти, принятие важного необратимого решения или крах базовой смыслообразующей системы. Основные конечные данности, которые выделял Ялом – это смерть, свобода, изоляция и бессмысленность.[9]

***Смерть***. Наиболее очевидная, наиболее легко осознаваемая конечная данность – смерть. Сейчас мы существуем, но наступит день, когда мы перестанем существовать. Смерть придет, и от нее никуда не деться. Противостояние между сознанием неизбежности смерти и желанием продолжать жить – это центральный экзистенциальный конфликт.

***Свобода***. В экзистенциальном смысле «свобода» - это отсутствие внешней структуры. Повседневная жизнь питает утешительную иллюзию, что мы приходим в хорошо организованную вселенную, устроенную по определенному плану. На самом же деле индивид несет полную ответственность за свой мир – иначе говоря, сам является его творцом. С этой точки зрения «свобода» подразумевает ужасающую вещь: мы не опираемся ни на какую почву, под нами ничто, пустота, бездна. Открытие этой пустоты вступает в конфликт с нашей потребностью в почве и структуре.[9,с.12-13]

***Изоляция***. Это не изолированность от людей с порождаемым ею одиночеством и не внутренняя изоляция. Это фундаментальная изоляция – и от других созданий, и от мира. Сколь бы ни были мы близки к кому-то, между нами всегда остается последняя непреодолимая пропасть; каждый из нас в одиночестве приходит в мир и в одиночестве должен его покидать. Порождаемый экзистенциальный конфликт является конфликтом между сознаваемой абсолютной изоляцией и потребностью в контакте, в защите, в принадлежности к большему целому.

***Бессмысленность***. Мы должны умереть; мы сами структурируем свою вселенную; каждый из нас фундаментально одинок в равнодушном мире – какой же тогда смысл в нашем существовании? Почему мы живем? Как нам жить? Если ничто изначально не предначертано – значит, каждый из нас должен сам творить свой жизненный замысел. Но может ли это собственное творение быть достаточно прочным, чтобы выдержать нашу жизнь? Этот экзистенциальный динамический конфликт порожден тем, что человек ищет смысл в бессмысленном мире.[9,с.14]

Эти четыре конечных фактора – смерть, свобода, изоляция и бессмысленность – определяют основное содержание экзистенциальной психодинамики. Они играют чрезвычайно важную роль на всех уровнях индивидуальной психической организации и имеют самое непосредственное отношение к работе консультанта. И социальный работник, использующий экзистенциальный подход в своей работе, будучи таким же человеком из плоти и крови, как всякий другой, на собственном опыте знаком с экзистенциальными источниками страха, которые отнюдь не являются исключительной прерогативой людей находящихся в тяжелой жизненной ситуации или индивидов с психическими нарушениями. И в подавляющем большинстве клиенты страдают от стресса, в разной степени присутствующего в опыте каждого человека.

И если подходить к социальной работе с позиции экзистенциальной психологии можно сказать, что зачастую один человек становится клиентом, а другой – нет лишь вследствие внешних обстоятельств: финансовых трудностей, личных установок по отношению к социальным службам и другое.

Так же надо отметить, что не каждый социальный работник или психолог захочет иметь дело с экзистенциальными данностями не только из-за их универсальности, но и потому, что встреча с ними слишком страшна. Ялом в своей книге пишет: «В конце концов, невротическим клиентам есть от чего расстраиваться и без размышлений о таких «ободряющих» вещах, как смерть и бессмысленность».[[2]](#footnote-2)🞽

И все же, для действительно эффективной работы в рамках гуманистического подхода к консультированию, социальному работнику было бы полезным усвоить следующие постулаты экзистенциально направленного консультирования, которые были выдвинуты в 1963 году президентом Американской ассоциации гуманистической психологии Джеймсом Бьюдженталем:[9,с.32]

1. *Человек как целостное существо превосходит сумму своих составляющих* (иначе говоря, человек не может быть объяснен в результате научного изучения его частичных функций).

2. *Человеческое бытие развертывается в контексте человеческих отношений* (то есть, человек не может быть объяснен своими частичными функциями, в которых не принимается в расчет межличностный опыт).

3. *Человек сознает себя* (и не может быть понят психологией, не учитывающей его непрерывное, многоуровневое самосознавание).

4. *Человек имеет выбор* (человек не является пассивным наблюдателем процесса своего существования: он творит свой собственный опыт).

5. *Человек интенциален* (человек обращен в будущее; в его жизни есть цель, ценности и смысл).

Каждое из этих утверждений может помочь консультанту приблизится к тому идеалу, когда клиент воспринимается таким, каков он есть.

Как уже было сказано выше, Ялом выделял четыре основные данности существования человека – смерть, свобода, изоляция и бессмысленность.

Итак, первое и самое важное, на что надо обратить внимание, так это на жизнь, ***смерть*** и тревогу. Ялом считал, что наше отношение к смерти влияет на нашу жизнь и психологическое развитие, на то, в чем и как мы теряем уверенность и силу. В своей работе он писал, что жизнь и смерть взаимозависимы; они существуют одновременно, а не последовательно; смерть, непрерывно проникая в пределы жизни, оказывает огромное воздействие на наш опыт и поведение. Смерть – первичный источник тревоги и, тем самым, имеет фундаментальное значение как причина психопатологии.[1,6,9]

Ялом считал, что конфронтация человека со смертью может служить шансом личностного изменения. Так, в качестве примера он приводит исследование, что шесть из десяти интервью с людьми, пытавшимися покончить с собой, но выжившими, свидетельствуют о том, что после «прыжка в смерть» у этих людей изменился взгляд на жизнь. Так же, многие побывавшие на грани смерти, говорят об «изменении приоритетов», о том, что они стали более способными испытывать сострадание, более непосредственно обращены к людям, чем прежде.

Знание подобного феномена очень важно для социальных работников. Так как работа с клиентами, пережившими попытки самоубийства, тяжелые аварии и катастрофы требует от социального работника максимального внимания и истинного понимания чувств и мыслей своего клиента.

Отдельно стоит уделить внимание ситуациям, когда человек оказывается перед лицом смерти в результате медицинского диагноза. Чаще всего социальному работнику придется сталкиваться с больными СПИДом и ВИЧ-инфицированными. Вот еще одна цитата из книги И. Ялома, подтверждающая идею личностного изменения при конфронтации со смертью: «Многие годы работая с больными раком на терминальной стали, я поражался тому, сколь многие из этих людей используют свою кризисную ситуацию и нависшую над ними угрозу как стимул к изменению. Они рассказывали о поразительных сдвигах, о внутренних переменах, которые нельзя охарактеризовать иначе, чем личностный рост».[9]

Таким образом, на основе многих наблюдений психологов, врачей и самого Ялома, можно перечислить основные моменты, по которым у больных со смертельным диагнозом наблюдались изменения:

* Изменение жизненных приоритетов, уменьшение значения жизненных тривиальностей;
* Чувство освобожденности: появление способности сознательно не делать то, что не хочешь;
* Обостренное переживание жизни в настоящем, вместо откладывания ее до пенсии или до какой-нибудь еще точки будущего;
* Переживание природных явлений: смены времени года, перемены ветра, опадания листьев, последнего Рождества и т. д., - как высоко значимых событий;
* Более глубокий, чем до кризиса, контакт с близкими;
* Уменьшение страхов, связанных с межличностным общением, и озабоченности отвержением;
* Большая, чем до кризиса, готовность к риску.

Концепция смерти играет критически важную роль в психологическом консультировании, поскольку она затрагивает жизненный опыт каждого человека. Жизнь и смерть взаимозависимы: физически смерть уничтожает, но *идея* смерти спасает. Сознание смерти обостряет чувство жизни и радикально меняет взгляд на нее; оно дает толчок к переходу из модуса существования, основанного на отвлечениях, успокоениях и мелких тревогах, в более аутентичный.

«Когда человек узнает, что болен серьезной болезнью, например раком. Его первой реакцией обычно становится некоторая форма отрицания. Отрицание – это попытка справиться с тревогой, вызванной угрозой жизни, но оно также является функцией глубокой веры человека в свою исключительность. Для воссоздания воображаемого мира, который остается на всю жизнь, необходима большая психологическая работа. Когда защита по-настоящему подорвана, когда человек по-настоящему осознает: «Боже мой, я ведь и вправду умру», и понимает, что жизнь обойдется с ним так же грубо, как с другими, - он чувствует себя потерянным и, неким странным образом, преданным» - пишет в своей работе Ялом.[9.с.125]

Таким образом, человек открывает для себя, что его персональная исключительность – миф, и он испытывает гнев и чувствует, что жизнь его предала. Многие люди начинают думать: если бы они только знали, по-настоящему знали, они прожили бы свою жизнь по-другому. Они испытывают гнев – беспомощный гнев, который не должен иметь никакого разумного эффекта. И часто объектом смещенного гнева, особенно для смертельно больных, становится врач, психолог или социальный работник.

Люди с различными смертельными заболеваниями часто проявляют себя как нарциссические личности. И с подобными случаями довольно часто придется сталкиваться социальным работникам в своей практике. Работая с больными СПИДом и другими неизлечимыми болезнями в группах, паттерн нарциссической личности проявляется более выражено, чем в индивидуальной. В индивидуальной терапии выслушивается каждое слово клиента, пристальное внимание уделяется каждому чувству. Человеку отдается все, и мало что ожидается от него в ответ. А группе от клиента требуется делить время с другими, понимать других и эмпатически сопереживать им, беспокоиться об их чувствах и устанавливать отношения. Социальный работник может столкнуться с тем, что некоторые клиенты могут полагать, что они могут обижать других, но их самих личная критика касаться не должна; они не считают себя обязательными ожидать других; они предвкушают подарки, сюрпризы и заботу. Сами ничего этого не давая; наконец они рассчитывают на получение любви и восхищения просто в силу самого факта своего присутствия. В терапевтической или тренинговой группе они претендуют на максимум группового внимания и на то, чтобы это внимание уделялось им без каких-либо усилий с их стороны. Они ожидают, что группа пойдет им навстречу, хотя сами не идут навстречу кому-либо. Задача тренера – вновь и вновь указывать таким клиентам, что подобные ожидания уместны лишь в один период жизни – в младенчестве, когда мы вправе требовать от матери безусловной любви.

Обычно в начале работы с клиентом социальный работник главное внимание уделяет защитам, построенным в попытках оградить себя от тревоги.

Погруженный в свою жизненную ситуацию индивид обречен на тревогу. Обособится от природы, стать по выражению Спинозы, «своим собственным богом», означает предельную изоляцию; означает «самостояние» без поддержки мифа о спасителе или искупителе, без успокаивающего пребывания внутри человеческого сообщества.

Самым тяжелым испытанием для действенности иллюзии конечного спасителя является неизлечимая болезнь. Многие, кому это выпадает, значительную часть энергии расходуют на поддержание своей веры в присутствие и могущество защитника. И чаще всего ближайшим кандидатом на роль спасителя

становится психолог, социальный работник или врач. И поэтому отношения клиента и социального работника могут быть психологически нагруженными и сложными.

Социальный работник или человек осуществляющий патронаж над клиентом воспринимается более могущественным, чем в реальности, а отношение клиента к нему нередко отмечено иррациональным послушанием. Нередко клиенты, страдающие смертельной болезнью, очень опасаются рассердить или разочаровать социального работника; они извиняются перед ним за то, что отнимают у него время, и настолько волнуются в его присутствии, что забывают задать подготовленные заранее вопросы. Это очень тяжелая ситуация для социального работника, так как люди цепляются за отрицание собственной смерти с огромной силой. Однако, в конце концов всякое отрицание сокрушается под натиском реальности.

Социальный работник не в меньшей степени, чем клиент, должен вступить в конфронтацию со смертью и испытать тревогу перед лицом смерти. От социального работника требуется серьезная подготовка, чтобы в своей повседневной работе он мог удерживать сознавание смерти. Чтобы терапевт мог помогать пациентам конфронтировать со смертью и включить ее в жизнь, он должен сам личностно проработать эти проблемы.

Мысль о смертности окружена силовым полем тревоги. Войти в ее поле означает усилить тревогу. Невозможно достать до корней тревоги без того, чтобы какое-то время не испытывать повышенную тревожность и подавленность. Но, все человеческие существа испытывают тревогу смерти.

В качестве упражнения, способствующего сознаванию смерти социальным работником или психологом, который будет работать с неизлечимо больными людьми, можно предложить следующее:

*«На пустом листе бумаги начертите отрезок. Один его конец представляет ваше рождение, другой – вашу смерть. Поставьте крестик на том месте, где вы находитесь сейчас. Поразмышляйте над этим примерно пять минут».*

Еще одна ситуация когда человек соприкасается со смертью – это смерть близкого человека. Потеря супруга часто пробуждает проблему фундаментальной изоляции; потеря значимого другого усиливает сознание того факта, что как бы человек не старались пройти через этот мир рука об руку с кем-то, все равно остается базовое одиночество, с которым надо мириться. Никто не в силах умереть своей смертью с кем-то или для кого-то.

Потеря сына или дочери – самая тяжелая и горькая утрата. Родители одновременно оплакивают своего ребенка и себя самих. В такой момент они чувствуют, что жизнь нанесла им удары сразу со всех сторон. Родители также получают свидетельство ограниченности своей власти: никогда прежде у них не было большей мотивации к действию и в то же время они беспомощны, они не могут уберечь беззащитного ребенка. Потеря ребенка сигнализирует о крушении основного предприятия родителей по достижению бессмертия: их не будут помнить, их семья не укорениться в будущем.

И во всех этих случаях социальному работнику необходимы навыки и умения работы с «пограничными» ситуациями, когда в работе с клиентом надо применять исключительно гуманистический подход. «Пограничная ситуация» - это событие, некий чрезвычайный опыт, приводящий человека к конфронтации с его экзистенциальной «ситуацией» в мире. Конфронтация с личной смертью – это ни с чем не сравнимая пограничная ситуация, способная вызвать значительное изменение стиля и характера жизни индивида в мире. Смерть действует как катализатор перехода из одного состояния бытия в другое, более высокое – из состояния, в котором человек задается вопросом о том, *каковы* вещи, в состояние потрясенности тем, что они *есть*.[9] И в первую очередь, социальному работнику надо исходить из того, что чем меньше удовлетворенность жизнью, тем выше тревога смерти.

*В данной главе был проведен анализ различных теорий гуманистической психологии, и были выявлены в них те моменты, которые играют ведущую роль в непосредственной работе социальных работников.*

*Клиент-центрированный подход К. Роджерса во многом оправдан в практике социальной работы, и в первую очередь тем, что многие аспекты роджерианского подхода достаточно легко усвоить и эффективно использовать на практике.*

*Также важна теория потребностей А. Маслоу, которая является основой понимания социальным работником своего клиента.*

*Экзистенциальный подход И. Ялома, который был более широко рассмотрен в данной главе, чем другие теории, касается, на мой взгляд, самого сложного и психологически тяжелого аспекта деятельности социального работника – это работа с людьми, пережившими попытки самоубийства, со смертельно и тяжело больными людьми, с теми, кто потерял близких, одним словом - пережил конфронтацию со смертью.*

*Из этих теорий можно позаимствовать много полезного для работы. Но гораздо труднее приобрести личностные характеристики, обязательные для эффективности подобного подхода. Способность по-настоящему присутствовать рядом с другим человеком – понять страдания человека и поддерживать в нем уверенность в своем росте – это достаточно трудновыполнимое требование к личности социального работника, работающего в рамках гуманистического подхода.*

**Глава II. Эмпирические основания применения гуманистического подхода в практике социальной работы**

Как видно из первой главы данной работы, очень трудно недооценить значимость использования гуманистического подхода в практической социальной работе. И поэтому студенты, обучающиеся по специальности «социальная работа» должны владеть навыками консультирования в рамках гуманистической психологии. Но, вся сложность такого подхода заключается в том, что именно здесь от будущих социальных работников требуются очень важные и в то же время столь редкие качества и умения как эмпатия, способность безоценочного принятия человека, философский взгляд на происходящее вокруг, навыки глубокой личностной рефлексии. И формирование ценностей, мировоззренческих позиций, жизненных целей и устремлений личности происходит на основе потребностно-мотивационной сферы. Доминирование тех или иных потребностей в общей структуре направленности личности определяет уровень сформированности ее ценностей и ценностных ориентаций.

Выделяют четыре основных типа направленности личности: эгоцентрический; гуманистический; экзистенциальный; прагматический.[3, с. 41]

**1**. *Эгоцентрическая направленность личности* – это направленность, при которой цели, интересы, потребности личности носят, преимущественно, эгоистический характер и занимают центральное место в иерархии ценностей. Эгоисты центрированы на своих личных переживаниях.

**2**. *Гуманистическая направленность личности* – это такой вид направленности, при котором цели, интересы и потребности других людей приобретают первостепенное значение. В общении такие люди толерантны, аутентичны, эмпатийны.

**3**. *Экзистенциальная направленность личности* – это направленность, при которой доминирующей потребностью выступает потребность во внутренней деятельности, характеризующейся высоким уровнем самоанализа, стремлением к самосовершенствованию и самореализации.

**4**. *Прагматическая направленность личности* – вид направленности, при котором системой доминирующей потребностей являются планы и успехи в выполняемой личностью деятельностью, иначе говоря, личность ориентируется на конкретные результаты своей деятельности, которые, в свою очередь, определяют личностную ценность и значимость.

С **целью** определения личностной направленности будущих социальных работников был использован «Опросник диагностики типа направленности личности практического психолога». Этот опросник был адаптирован для социальных работников, для проведения исследования типа направленности личности в студенческих группах 3-го курса, специальности «социальная работа».

**Задачами** исследования были:

- выявить наличие различных типов направленности в структуре личности будущих практических социальных работников;

- выявить представленность основных типов профессиональной направленности личности у студентов- социальных работников.

**Гипотезой** исследования было предположение, что студенты, обучающиеся по специальности «социальная работа» имеют преимущественно гуманистический и экзистенциальный типы направленности личности, как наиболее способствующие эффективной работе в рамках гуманистического подхода в социальной работе.

**Объектом исследования** являются студенты групп ИС-021 и ИС-022 3-го курса гуманитарного факультета ОНПУ.

**Предмет исследования** - тип личностной направленности будущих социальных работников.

**Анализ и обработка полученных результатов**

В исследовании принимало участие 27 человек. Полученные результаты представлены в виде таблицы (см. таб. 1).

При обработке результатов была определена степень выраженности того или иного показателя. Ярко выраженный тип направленности соответствует 28-39 баллам. Средняя выраженность того или иного типа направленности – 13-28. Низкая выраженность того или иного типа направленности личности – от 0 до 13. Результаты по данному параметру представлены в таблице 2 (см. таб. 2).

Таблица 1

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Гуманистический тип | Экзистенциальный тип | Прагматический тип | Эгоцентрический тип |
| 1 | 17 | 20 | 30 | 13 |
| 2 | 24 | 30 | 29 | 27 |
| 3 | 17 | 15 | 15 | 27 |
| 4 | 18 | 17 | 25 | 21 |
| 5 | 28 | 21 | 35 | 28 |
| 6 | 17 | 16 | 23 | 20 |
| 7 | 19 | 19 | 27 | 20 |
| 8 | 17 | 22 | 23 | 26 |
| 9 | 31 | 21 | 24 | 22 |
| 10 | 15 | 22 | 26 | 21 |
| 11 | 13 | 17 | 22 | 17 |
| 12 | 16 | 16 | 29 | 24 |
| 13 | 27 | 22 | 32 | 24 |
| 14 | 21 | 20 | 29 | 25 |
| 15 | 16 | 13 | 28 | 25 |
| 16 | 25 | 19 | 29 | 23 |
| 17 | 26 | 27 | 26 | 30 |
| 18 | 23 | 21 | 21 | 14 |
| 19 | 5 | 8 | 17 | 12 |
| 20 | 12 | 26 | 27 | 19 |
| 21 | 14 | 21 | 22 | 26 |
| 22 | 13 | 14 | 20 | 22 |
| 23 | 19 | 16 | 32 | 30 |
| 24 | 22 | 16 | 25 | 21 |
| 25 | 21 | 15 | 30 | 18 |
| 26 | 20 | 17 | 26 | 20 |
| 27 | 17 | 15 | 20 | 23 |

Таблица 2

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Яркая выраженность | Средняя выраженность | Низкая выраженность |
| гуманистический тип | 2 | 21 | 4 |
| экзистенциальный тип | 1 | 24 | 2 |
| прагматический тип | 10 | 17 | 0 |
| эгоцентрический тип | 3 | 22 | 2 |

В процентном соотношении результаты исследования показали следующее: гуманистический тип направленности личности составляет 22% от числа всех испытуемых, экзистенциальный тип направленности личности – 22%, прагматическая направленность у будущих социальных работников составляет 30%, эгоцентрический тип направленности представлен 26%. Более наглядно эти результаты видны на рисунке 2.

Рис. 2

По степени выраженности того или иного типа направленности личности результаты выглядят следующим образом: (см. рис. 3)

Рис. 3

Полученные в результате исследования результаты опровергают гипотезу о том, что студенты, обучающиеся по специальности «социальная работа» имеют преимущественно гуманистический и экзистенциальный типы направленности личности. Доминирующим оказался прагматический тип личности (30%).

Объяснить данную ситуацию можно с нескольких сторон.

**Во-первых**, так как исследование проводилось только на 3-м курсе, очень сложно сделать выводы относительно динамики формирования направленности личности студентов - социальных работников. Для получения более полной картины по этой проблеме следует провести эту методику на каждом из курсов данной специальности (с 1-го по 5-й курс).

**Во-вторых**, не были рассмотрены и учтены факторы, оказывающие влияние на динамику формирования направленности личности будущих практических социальных работников в процессе их профессионального обучения.

**В-третьих**, доминирующий прагматический тип направленности студентов может свидетельствовать о личной мотивации на достижение успеха в данной области: получение высокой должности, широкие перспективы дальнейшей деятельности и др.

**В-четвертых**, нельзя упускать из вида и такой фактор, как экономическое положение студентов, которое находится на низком уровне, что вызвано общей напряженной социально-экономической ситуацией в Украине.

**В-пятых**, подобные результаты могут быть обусловлены личными установками, сформировавшимися под действием воспитания, обучения в школе, общего процесса социализации, что в свою очередь, могло быть вызвано социально-исторической ситуацией в стране (средний возраст испытуемых 20 лет, это говорит о том, основной период социализации пришелся на момент нестабильности и трансформации общества).

Таким образом, прагматический тип соответствует среднему уровню, экзистенциальный – вероятностной тенденции к высокому, гуманистический – высокому уровню сформированности профессиональной направленности. И то что на 3-м курсе профессиональная направленность еще не достигла высокого уровня реально отражает имеющуюся на сегодняшний день ситуацию.

**Заключение**

*В данной работе были рассмотрены вопросы, посвященные гуманистическому подходу в психологии и его применению в социальной работе.*

*В первой главе работы был освещен гуманистический контекст психологической помощи в социальной работе. Был проведен анализ трех направлений гуманистической психологии – клиент-центрированного подхода К. Роджерса, мотивационно-потребностной теории А. Маслоу, экзистенциальной психологии И. Ялома.*

*Основной идеей К. Роджерса, является то, что чем в большей степени человек принимает себя, тем выше вероятность, что он принимает других. Решающую роль в жизни и развитии человека с точки зрения такого подхода имеют его представления о самом себе – Я-концепция, центральным звеном которой является понятие «самоценности». Основная суть этой психологии заключается в акцентированном на личности подходе, в котором личность является контролирующим центром для принятия решений.*

*Из теории А. Маслоу можно позаимствовать достаточно много полезных и необходимых моментов для практической деятельности социального работника в рамках гуманистического подхода. Так, идеи Маслоу о том, что потребности никогда не бывают удовлетворены по принципу «все или ничего», что потребности частично совпадают, и человек одновременно может быть мотивирован на двух и более уровнях потребностей и к тому же потребности, появляющиеся в иерархии, возникают постепенно, напрямую находят отражение в практике социальной работы. А так же: если одна потребность удовлетворена, другая всплывает на поверхность и направляет внимание и усилия человека и физиологические потребности должны быть в достаточной степени удовлетворены прежде, чем возникнут потребности безопасности; физиологические потребности и потребности безопасности и защиты должны быть удовлетворены до некоторой степени прежде, чем возникнут и будут требовать удовлетворения потребности принадлежности и любви. Немаловажно чтобы социальный работник это учитывал при работе с клиентами.*

*Из экзистенциального подхода И. Ялома, который также был рассмотрен в первой главе, можно позаимствовать очень много важных аспектов, которые касаются самой сложной и психологически тяжелой стороны деятельности социального работника – это работа с людьми, пережившими попытки самоубийства, со смертельно и тяжело больными людьми, с теми, кто потерял близких.*

*Эти теории могут дать много полезного для социальной работы. Но гораздо труднее приобрести личностные характеристики, обязательные для эффективности подобного подхода. Способность по-настоящему присутствовать рядом с другим человеком – понять страдания человека и поддерживать в нем уверенность в своем росте – это достаточно трудновыполнимое требование к личности социального работника, работающего в рамках гуманистического подхода.*

*Вторая глава работы посвящена исследованию типа направленности личности практических социальных работников. Полученные в результате исследования результаты опровергают гипотезу о том, что студенты, обучающиеся по специальности «социальная работа» имеют преимущественно гуманистический и экзистенциальный типы направленности личности. Доминирующим оказался прагматический тип личности (30%). Но этот показатель объясняется многими факторами, например такими как личная мотивация студентов на достижение успеха в данной области, низкий уровень экономического положения студентов и др.*

*И в заключении можно добавить, что внимание социальных работников к гуманистически направленным теориям оправдано еще и тем положением, в котором сейчас находится практическая социальная работа в Украине, а развитие навыков работы в рамках гуманистической парадигмы у будущих социальных работников играет большую роль в эффективности дальнейшей деятельности.*

**Литература**

1. Мадди Сальваторе Р. Теории личности: сравнительный анализ / Пер. с англ. – СПб.: Издательство «Речь», 2002. – 539 с.

2. Маслоу Абрахам Г. Мотивация и личность / Пер. с англ. Татылбаевой А.М. Вступительная статья Чубарь Н.Н. – СПб.: Евразия, 2001. – 478 с.

3. Опросник диагностики типа направленности личности практического психолога. Т.Н.Данилова //Практична психологія та соціальна робота. – 2004. - №8. – с. 41- 44.

4. Роджерс К. Клиент-центрированная психотерапия / Пер. с англ. Т.Рожковой, Ю. Овчинниковой, Г. Пимочкиной. – М.: Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002. – 512 с. (Серия «Психологическая коллекция»).

5. Социальная психология в современном мире: Учебное пособие для вузов / Т.Л. Алавидзе, Г.М. Андреева, Е.В. Антонюк и др.; Под ред. Г.М. Андреевой, А.И. Донцова. – М.: Аспект Пресс, 2002. – 335 с. (с.323-333)

6. Теории личности/ Л.Хьелл, Д.Зиглер. – 3-е изд. – СПб.: ПИТЕР, 2003. – 608 с.: ил. – (Серия «Мастера психологии»).

7. Фрейджер Р., Фейдимен Д. Личность. Теории, упражнения, эксперименты/Пер. с англ. – СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2004. – 608 с.

8. Фромм Э. Бегство от свободы – Мн.: Харвест. 2004. – 384 с. – (Философия. Психология).

9. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия / Пер. с англ. Т. С. Драбкиной. – М.: Независимая фирма «Класс», 2004. – 576 с. – (Библиотека психологии и психотерапии).

**Приложение**

**Опросник диагностики направленности личности социального работника**

(Адаптированный для студентов, обучающихся по специальности «социальная работа», вариант опросника диагностики направленности личности практического психолога (ДНЛПП) [3]).

Инструкция: Перед Вами ряд утверждений, касающихся Ваших жизненных стремлений и некоторых сторон Вашего образа жизни. Просим Вас оценить каждое из предложенных утверждений (*а, б, в, г*) по шкалам:

да, полностью с этим согласен – 3 балла;

пожалуй да, в целом согласен – 2 балла;

когда как, согласен в некоторой степени – 1 балл;

нет, не согласен – 0 баллов;

не знаю, не задумывался над этим – 0 баллов.

1. Я думаю, что в жизни важнее всего:

*а*) научиться любить и понимать других людей;

*б*) научиться доверять своим внезапным импульсам и желаниям;

*в*) научиться принимать разочарования и неудачи;

*г*) научиться реализовывать поставленные цели и задачи.

**2)** Мне кажется, что настоящий социальный работник это:

*а*) терпимый толерантный человек;

*б*) человек, умеющий принимать жизнь во всех ее проявлениях;

*в*) человек, умеющий легко и непринужденно реализовывать свои потребности и желания;

*г*) человек, умеющий во что бы то ни стало добиваться поставленной цели.

**3)** Я думаю, что смысл жизни, скорее всего, заключается:

*а*) в любви, дружбе, общении с людьми;

*б*) в самой жизни;

*в*) в достижении поставленных целей и задач;

*г*) в том, чтобы сбывались все желания и мечты.

**4)** Наибольшую ценность в жизни для меня представляют:

*а*) помощь другим людям;

*б*) поиск истины и смысла;

*в*) личные успехи и достижения;

*г*) умение точно и правильно спрогнозировать результаты собственной деятельности.

**5)** Наибольшее удовольствие в жизни я получаю от:

*а*) общения с интересными для меня людьми;

*б*) размышлений относительно вопросов смысла жизни;

*в*) осознания того, что мои планы и проекты реализовываются;

*г*) от выполнения своих желаний.

**6)** Я думаю, что любовь чаще всего проявляется:

*а*) в умении жертвовать собственными интересами ради интересов другого человека;

*б)* в умении полностью отдаваться чувствам, переживаниям, страданиям;

*в*) в умении полностью насладиться чувствами другого человека;

*г*) в умении создать стабильные и надежные отношения с любимым человеком.

**7)** В трудной кризисной ситуации я чаще всего:

*а*) ищу человека, способного меня выслушать, утешить, ободрить;

*б*) полностью погружаюсь в охватившие меня переживания, пытаясь понять их природу;

*в*) взвешиваю ситуацию и продумываю все возможные варианты решения возникшей проблемы;

*г*) принимаю ответственность за случившееся и надеюсь на то, что проблема вскоре разрешиться.

**8)** В свободное время я чаще всего:

*а*) посвящаю себя общению с обратившимися ко мне за помощью людьми;

*б*) занимаюсь тем, что способно принести мне материальный результат и продвижение в социальном росте;

*в*) посвящаю себе;

*г*) посвящаю размышлениям о прочитанных книгах, прослушанной музыке.

**9)** Я часто разговариваю со своими друзьями и знакомыми на темы:

*а*) о человеческих страданиях, исканиях, переживаниях;

*б*) о любви, взаимопонимании между людьми;

*в*) о результатах моей деятельности и деятельности моих друзей и близких;

*г*) о моих последних успехах и приобретениях.

**10)** Мне бы хотелось, чтобы в жизни меня больше окружали люди:

*а*) которым бы я мог в чем-то помочь и чем-то посодействовать;

*б*) с которыми интересно пообщаться, поразмышлять на интересующие меня темы;

*в*) которые достигли определенного социального статуса и успехов в реализации своих жизненных целей и планов;

*г*) которые могли бы помочь в реализации моих планов и желаний.

**11)** В университете у меня много свободного времени занимает:

*а*) подготовка к семинарам, написание рефератов, научно-исследовательская работа;

*б*) общение и консультирование обратившихся ко мне за помощью сокурсников, друзей;

*в*) разговоры, касающиеся моей личной жизни, моих проблем и планов на будущее;

*г*) освоение психологических и социологических дисциплин и направлений, с помощью которых можно будет чего-то добиться в жизни.

**12)** Мое жизненное кредо:

*а*) оказывать помощь слабым и нуждающимся;

*б*) поиск радостей и удовольствий;

*в*) добиваться успехов – избегать неудач;

*г*) принятие ответственности за каждый свой поступок.

**13)** Больше всего в жизни я не люблю:

*а*) когда на меня не обращают внимания;

*б*) когда люди не задумываются над тем, для чего они живут и как они живут;

*в*) когда я что-то наметил, а у меня не получается;

*г*) когда люди остаются безразличными и равнодушными к окружающим.

Обработка результатов:

Гуманистический тип направленности личности – 1а, 2а, 3а, 4а, 5а, 6а, 7г, 8а, 9б, 10а, 11б, 12а, 13г.

Экзистенциональный тип направленности личности – 1в, 2б, 3б, 4б, 5б, 6б, 7б, 8г, 9а, 10б, 11а, 12г, 13б.

Прагматический тип направленности личности – 1г, 2г, 3в, 4г, 5в, 6г, 7в, 8б, 9в, 10в, 11г, 12в, 13в.

Эгоцентрический тип направленности личности – 1б, 2в, 3г, 4в, 5г, 6в, 7а, 8в, 9г, 10г, 11в, 12б, 13а.

Далее необходимо суммировать количество баллов, полученных по каждой из шкал. Ярко выраженный тип той или иной направленности соответствует 28-39 баллам. Средняя выраженность того или иного типа направленности – 13-28. Низкая выраженность того или иного типа направленности личности – от 0 до 13.

1. 🞽 А. Маслоу «Мотивация и личность», 2001, с. 173. [↑](#footnote-ref-1)
2. 🞽 Ялом И. Экзистенциальная психотерапия, стр. 18 [↑](#footnote-ref-2)