МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА

РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФГОУ ВПО «ВОРОНЕЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ

АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ К.Д. ГЛИНКИ»

Кафедра педагогики и социально-политических наук

Реферат

на тему: «Психосинтез»

Выполнила: Жихарева Н.А.

Проверил: Василенко О.В.

Воронеж

2010

Содержание

1. Введение

2. Представление о личности в психосинтезе

3. Элементы психосинтеза

4. Принцип творческого развития как основа психосинтеза

5. Заключение

6. Список используемой литературы

1. Введение

Психосинтез представляет собой динамическую концепцию психической жизни человека (непрерывное взаимодействие и борьба множества разных, в том числе противодействующих сил с объединяющим центром, который постоянно пытается управлять ими, согласовывать между собой и использовать). Познавая свой внутренний мир, человек может стать хозяином своей жизни, развить свои способности, обнаружить свою истинную духовную природу.

Слово психосинтез и сходные с ним выражения употребляли многие психологи и психиатры. В области психотерапии это прежде всего Жане, который говорил о «ментальном синтезе», затем Безола, Нотра, Бьер, Деджонье, Трюб; о синтезирующей функции эго говорит и Фрейд. Однако «синтез» означает для всех упомянутых авторов лишь «исцеление функциональной диссоциации», то есть восстановление состояния, предшествовавшего расщеплению, диссоциации психических процессов в результате психологической травмы или серьезного конфликта.

Другие авторы, в частности, Юнг, Медер, Карузо, Стокер и Кречмер, употребляют слова синтез, психосинтез, синтез существования и синтетическая психотерапия в более широком и глубоком смысле, подразумевая развитие целостной и гармоничной личности, в том числе сознательной и бессознательной ее частей.

Последовательно разрабатываемая Роберто Ассаджолли (начиная с 1910 г. — прим. перев.) концепция и практика психосинтеза включает в себя идеи упомянутых выше авторов, однако носит более всеобъемлющий характер, будучи в то же время более определенной и технологичной.

2. Представление о личности в психосинтезе

Структура личности, или «карта внутреннего мира», по Ассаджиоли, состоит из низшего бессознательного, среднего бессознательного, высшего бессознательного, поля сознания, сознательного Я, высшего Я и коллективного бессознательного.

Низшее бессознательное представляет собой наиболее примитивную часть нашей личности. В него входят простейшие формы психической деятельности, управляющие жизнью тела; основные влечения и примитивные побуждения; многочисленные комплексы, несущие сильный эмоциональный заряд; образцы кошмарных сновидений и фантазий; неконтролируемые парапсихические процессы.

Среднее бессознательное (предсознательное) — область, где пребывают все психические навыки и состояния. Здесь происходит усвоение полученного опыта, зарождаются и созревают плоды нашего ума. Среднее бессознательное и сознание тесно связаны между собой и могут спонтанно переходить друг в друга.

Высшее бессознательное (супербессознательное) — область формирования и источник вдохновения, творчества, героизма, альтруизма и других высших чувств. Здесь же, по мнению Ассаджиоли, зарождаются и сосредоточиваются высшие парапсихические функции и духовная энергия.

Нельзя говорить, что низшее бессознательное «хуже» высшего. Просто низшее бессознательное — это начало, основание, а супербессознательное — это резерв развития личности.

Поле сознания — это непосредственно осознаваемая нами часть личности. Это непрерывный поток ощущений, мыслей, желаний, доступных нашему наблюдению и анализу.

Сознательное Я — это центр нашего сознания, но это не есть осознаваемая нами часть личности (поле сознания). Ассаджиоли так подчеркивает эту разницу: «Существующее между ними различие в каком-то смысле напоминает различие между освещенной зоной экрана и проецируемыми на ней изображениями». Именно этот элемент личности Ассаджиоли называет Эго.

Высшее Я— наша истинная сущность. Сознательное Я изменяется или исчезает при нарушении сознания (кома, обморок, наркоз, состояние гипноза и т. д.). Высшее Я не изменяется и не исчезает. Поэтому Ассаджиоли называет его истинным Я и считает, что именно из него после глубокого сна, обморока или наркоза Я снова возвращается в «поле сознания», т. е. снова начинает осознаваться нами.

* коллективное бессознательное. Между человеком и другими людьми все время протекают процессы «психического проникновения».
* воля; с помощью воли «Я» может управлять своими психическими функциями.
* ощущения
* эмоции-чувства
* импульсы-желания
* воображение
* мышление
* интуиция
* субличности – психологические образования, подобные живым существам, сосуществующие в общем пространстве личности. Каждая субличность ведет собственный стиль жизни, имеет свои собственные движущие желания, мотивы, чувства, поступки, модель мира.

Сам Ассаджиоли пишет: «В действительности нет двух Я, двух независимых и обособленных существ. Есть только Я, которое проявляется на разных уровнях сознательности и самопостижения».

Осознание персонального Я — условие психического здоровья, реализация трансперсонального Я — признак духовного совершенства.

3. Элементы психосинтеза

Истоки психосинтеза личности лежат в работах итальянского психиатра Р. Ассаджиоли, который выделил три основных элемента психосинтеза: радость, творчество и волю. Гроф пишет, что картография Ассаджиоли имеет некоторое сходство с моделью Юнга, так как включает духовные области и коллективные элементы психики. Согласно теории психосинтеза Ассаджиоли, низшее бессознательное управляет базовыми психологическими активностями (инстинктивными потребностями и эмоциональными комплексами). Среднее бессознательное, ассимилирующее опыт, соответствует в общих чертах подсознанию Фрейда. Сфера сверхсознания – это местонахождение высших чувств и творческих способностей, таких как, например, интуиция и вдохновение. Эта сфера, где группируются все факторы творчества.

Идея Ассаджиоли о том, что за творческие способности человека отвечает сфера сверхсознания выходит за пределы обеих теорий и Фрейда, и Юнга, которые ищут источники творческих способностей в личном бессознательном и коллективном бессознательном. Поскольку согласно Ассаджиоли, поле сознания включает анализируемые чувства, мысли и побуждения, то это поле представляет сознательную самость, а высшая самость – это аспект индивидуальности, который и является определяющим в любом виде творчества. Ряд компонентов модели психики Ассаджиоли входит в коллективное бессознательное.

Важным элементом психосинтеза Ассаджиоли является понятие субличностей – динамических энергетически-смысловых подструктур, которые обладают относительно независимым существованием. Субличность –совокупность установок, поведенческих стереотипов, влечений, мнений, которая обретает целостную различимую форму в сознании человека. Каждая субличность обладает энергией, т.е. это не только смысловое, но энергетическое образование. Каждая субличность строится на основе какого-то желания целостной личности, выражает какие-то жизненно важные желания и цели человека. Субличности по мнению Ассаджиоли становятся вредными только тогда, когда контролируют человека. Один из основных принципов концепции Ассаджиоли состоит в том, что « не зная и не понимая себя, нельзя управлять собой». Чтобы постичь истинное «Я», высшее «Я», необходимо осуществить терапевтический процесс психосинтеза, который включает четыре стадии: 1) глубокое познание своей личности; 2) достижение контроля над различными элементами личности; 3) постижение своего истинного «Я», выявление или создание объединяющего центра, в результате чего подняться отличного «Я» к высшему «Я» ; 4) психосинтез, формирование или перестройка личности вокруг нового центра. Человек должен осознать, что он не равняется эмоциям, не равняется мыслям, не равняется телу, не равняется ощущениям, что он есть центр чистого сознания и чистой воли, и поэтому способен управлять и эмоциями, и мыслями, и телом, и субличностями.

4. Принципы творческого развития как основа психосинтеза

Три основополагающих принципа творческого развития автономного психонейрофизиологического функционального комплекса, которые ассоциативно напоминают три знаменитых закона движения Ньютона.

Первый принцип: автономный психонейрофизиологический функциональный комплекс высокоодаренной творческой личности находится в состоянии созерцательного покоя или равномерного развития смысловых структур в априори выбранном актуальном для этой личности направлении. Созерцательный покой необходим для накопления творческих сил в ожидании момента, когда начинается интенсивная деятельность в автономном комплексе. Творчество периодично по своей глубокой внутренней сущности. Периоды равномерного осмысления жизни у гения, периоды созерцания сменяются периодами бурлящих в его автономном творческом комплексе сил. Это особое ожидание будущей борьбы с самим собой и с силами, стремящимися сделать только созерцание без интенсивной деятельности основным смыслом жизни творческой личности.

Второй принцип: изменение состояния автономного психонейрофизиологического функционального комплекса пропорционально внутренней или внешней силе, которая запускает механизм всех факторов творчества и направлена как в сторону синтеза этих факторов, так и в сторону перемещения вектора этих факторов в область гениальности.

Третий принцип: действие любого фактора творчества находит себе противодействие внутри автономного психонейрофизиологического функционального комплекса. Имеется два вида противодействия. Первое противодействие направлено на разъединение факторов творчества. Второе есть появление другого фактора с вектором действия противоположным первому. Так, стремление изменить направление развития смысловых структур встречает сопротивление устоявшейся системы и сопротивление прежних структур, стабильно запечатленных в сознании. Спонтанность фантазии тормозится устоявшимися логическими связями в привычных образах старого. Чувство новизны должно преодолевать психическую энергию, заключенную в привычных стереотипах, а красота идеи, возникшей в одном из вариантов развития, наталкивается на бесконечное число других вариантов, не давая, утвердится лучшей и непрерывно, порождая сомнение. И наиболее яркий пример – это противодействие противоположно направленной внешней силы: чем более неординарна новая идея, тем большее сопротивление она встречает в обществе.

Философия этих принципов заключается в динамическом творческом противоборстве всех духовных и физических сил творца, так необходимом для создания выдающихся творений. Следствий из этих принципов много. Одно из них говорит, что автономный психонейрофизиологический функциональный комплекс у гения есть центр всей его духовной и физической жизни, и победа синтезирующих сил или победа разъединяющих сил приближает его к намеченным целям или удаляет его от них.

Заключение

Психосинтез – частное выражение более широкого принципа, общего закона межличностного и космического синтеза. Это – метод психологического развития и самореализации для тех, кто не хочет оставаться рабом своих иллюзий или внешних влияний, кто не хочет быть послушным участником происходящей в нем игры внутренних сил, кто решил стать полноценным хозяином своей жизни. Это метод лечения психологических и психосоматических расстройств, когда их причиной является глубокий и сложный конфликт между различными группами сознательных и бессознательных сил, или же когда они происходят в результате глубинных и мучительных кризисов, часто предшествующих этапу самореализации. Это – метод целостного воспитания детей и подростков, здесь уделяется внимание не только развитию у них различных способностей, идет помощь ребенку в раскрытии и реализации истинной духовной природы и, как результат– создание светлой, гармонической, жизнеспособной личности.

Список используемой литературы

1. Роберто Ассаджоли «Психосинтез: Часть первая: принципы», М; Просвещение; 1996г.

2. «Психосинтез: теория и практика» ред. В.Данченко, М; Наука; 2004 г.

3. Психосинтез. Принципы и техники М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002

4. biblioteka.cc/topic/38530-ishu/page\_\_st\_\_20

5. psy.rin.ru/cgi-bin/article.pl?id=808

6. http://www.s-genius.ru/vse\_knigi/psychosynthesis.htm