

# ПРОГРАМА АВТОРСЬКОГО КУРСУ “ГУМАНІСТИЧНА ПСИХОЛОГІЯ”

Анатолій ФУРМАН, Ірина РЕВАСЕВИЧ

Copyright © 2006

## 1. ГУМАНІСТИЧНА ПСИХОЛОГІЯ ЯК НАУКОВИЙ НАПРЯМОК І НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА

У контексті сталого розвитку національної школи та інтеграції України у міжнародне співтовариство, першим етапом якої є створення єдиного слов'янського освітнього простору, другим – утвердження європейської, а згодом і світової глобальної освітніх систем, виникає проблема врахування загальнолюдських, національних і суто професійних цінностей. У форматі вітакультурного зреалізування цієї тенденції винятково важливу роль відіграє особистісний чинник та максимальний розвиток найдорогоціннішого капіталу – людського. Тому у системі вищої освіти передбачається надання дієвої допомоги повноцінному розкриттю позитивних нахилів і здібностей кожного студента в індивідуальній своєрідності та універсальній непересічності у напрямку гармонійного розвитку і саморозвитку його як Богоподібної істоти – Людини з великої літери, причому Persony не лише матеріальних спонукань, а й духовних, екзистенційних і навіть сакральних.

У ствердженні здатності не лише окремих унікумів, а й будь-якої пересічної людини рухатися в бік ідеалу – індивідуалізованого, прийняттого, близького – та в аргументованому, майже тотальному, сприянні такому рухові якраз і полягає чи не найголовніша *ідея гуманістичної психології*. Остання витлумачується як напрям у сучасній західній, переважно американській, психології, котрий оформився у 60-х роках ХХ століття і набув світоглядного розголосу та популярності завдяки обґрунтуванню особливого предмета вивчення – цілісної особи у її вищих, власне людських, формах

та іпостасях квітального вияву. Це наочно підтверджують такі феномени, як самоактуалізація особистості, її вищі культурні цінності і межові смисли, кохання, творчість, свобода, відповідальність, самотність, мудрість, трансценденція, самість тощо, а також здобутки на шляху пізнання сутнісних рис такої людини – цілісність, унікальність, відкритість світу, спроможність постійно розвивати свої кращі потенції, внутрішня незалежність від оточення, креативність. Тому гуманістична психологія не лише переорієнтовує наукову проблематику від того, як адаптується людина у світі, а й до того, як адаптує самоактуалізована особа оточення до власного ментального досвіду, духовних потреб та морально-етичних цінностей.

Авторський курс “Гуманістична психологія” покликаний забезпечити високий рівень знань, умінь, норм, цінностей студентів із теорії і практики професійної діяльності у соціальній сфері суспільства, у т. ч. щоденній психологічній практиці, та гуманізувати суспільні взаємовідносини та особисте самоствердження інтелектуального сегмента громадян України.

*Сучасна гуманістична психологія* – це наукова дисципліна, що розробляє методи пізнання, проектування, дослідження та практичного впровадження закономірностей високогуманної поведінки людей, збагачує специфічні знання та ерудицію студентів, сприяє їхньому особистісному зростанню, долучає до духовних цінностей, гуманістично зорієнтовує процес їх професійного становлення.

*Гуманістична психологія* – водночас сфера психосоціальної практики, конкретна робота професійного психолога, спрямована на надання допомоги людям у розв'язанні їхніх психологічних проблем і у здійсненні їх особистіс-

ного зростання. Основні ділянки практичного використання різноманітних концепцій та інтерпретацій сучасної гуманістичної психології окреслені: а) психотерапевтичною практикою (щонайперше недирективна психотерапія К. Роджерса і логотерапія В. Франкла), б) гуманістичною педагогікою (принципи недирективної взаємодії вчителя і учня), в) досвідом соціально-психологічних тренінгів (особистісного зростання, самоєфективності та ін.), г) практичною психодіагностикою (визначення коефіцієнта самоактуалізації, рівня особистісної зрілості, ступеня задоволення базових потреб особистості, особливостей розвитку емпатійності тощо).

Методологічною основою проблемно-змістового та структурно-функціонального наповнення авторської програми обстоюваного навчального курсу є: а) *гуманістичний підхід А. Маслоу*; б) *феноменологічна концепція К. Роджерса*; в) *диспозиційна теорія Г. Олпорта*; г) *соціально-психологічна концепція Е. Фромма*; д) *гуманістично зорієнтований підхід В. Франкла*; е) *екзистенційна психологія Р. Мей та Дж. Б'юд-жентала*; є) *психокультурна концепція А.В. Фурмана*.

## 2. МЕТА І ЗАВДАННЯ, ОБ'ЄКТ І ПРЕДМЕТ КУРСУ

Пропонований навчальний курс має важливе значення для фахової підготовки студентів напрямку "Соціологія" із спеціальностей 6.040200 – "Соціологія" і 6.040202 – "Соціальна робота", оскільки покликаний стимулювати всебічний розвиток позитивної Я-концепції, самоактуалізацію потенційних можливостей індивіда, самообілізацію ментального досвіду та збагачення духовного світу самості новими знаннями, вміннями, нормами і цінностями. Він також є одним із базових у професійній підготовці психологів і соціальних педагогів.

**Мета курсу** – підготовка професійно компетентного, гуманістично зорієнтованого спеціаліста – психолога, соціолога, соціального працівника – з високим рівнем психологічної грамотності до роботи з людьми як важливої складової його функціональної культури і професійної зрілості.

**Об'єктом вивчення курсу** є психодуховно здорова, свідома та внутрішньо вільна особистість як самоорганізаційна метасистема.

**Предмет навчального пізнання** – наукове вивчення закономірностей, чинників, умов та особливостей розвитку особистості у ситуаціях повноцінної реалізації нею свого кращого людського потенціалу.

**Завдання вивчення дисципліни** зводяться до чотирьох визначальних складових її гармонійно спроектованого інноваційного змісту:

**з н а т и** – теорію, методологію та історію розвитку гуманістичної психології і розуміти зміст системи її вітакультурних категорій, положень, принципів;

**у м і т и** – вирішувати проблемні і конфліктні ситуації клієнтів та співробітників на засадах поваги, любові, добра, справедливості;

**н о р м у в а т и** – привласнені наукові знання, набуті соціальні вміння і навички задля гуманізації взаємовідносин у просторі найближчого оточення та етнонаціонального соціуму з метою досягнення вершин власного розвитку і саморозвитку як особистості, індивідуальності та універсума;

**ц і н у в а т и** – непересічний життєвий світ та особистісний досвід кожної людини, поширення духовності (насамперед високих переживань, думок, почуттів тощо) у просторі вітакультурного буття співгромадян за принципом "тут-тепер-повно".

## 3. МОДУЛЬНО-РОЗВИВАЛЬНА ОРГАНІЗАЦІЯ ОСВІТНЬОГО ЗМІСТУ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Зміст пропонованої програми системно відображає відповідні досягнення вітчизняної та світової науки і практики. Про це наочно свідчить цілісність проблематики, яка організована за модульно-змістовним принципом і містить такі розділи: "Загальнотеоретичні та методологічні аспекти гуманістичної психології", "Концепція самоактуалізації у гуманістичній психології", "Особливості гуманістично зорієнтованої психотерапії", "Визначення основних груп цінностей на шляху студента до самоактуалізації" (*рис.1*). У взаємодоповненні зміст і структура курсу повно забезпечують студентів базовими психологічними знаннями, нормами і цінностями, що є важливою умовою повноцінної функціонального зростання особистостей, формування активної громадянської позиції кожного, розвитку адекватної Я-концепції, детального пізнання інших людей і самих себе.



Рис. 1.  
Модульно-змістова структура авторського курсу

Крім того, нами розроблена та апробована граф-схема навчального курсу “Гуманістична психологія”, що дає змогу долати традиційний дисбаланс між освітньо-академічними і буттєво-особистісними інтересами студентів, залучати їх до наукового проектування і психодіагностичного практикування (*рис. 2*). Граф-схема побудована на основі авторських концептуальних положень (див. *Фурман А.В. Модульно-розвивальне навчання: принципи, умови, забезпечення: Монографія. – К.: Правда Ярославичів, 1997. – 340 с.*), а саме:

**1) логічності:** загальний обсяг освітнього матеріалу ієрархічно диференціюється на чотири змістових модулі та 15 тем, що відображено в нумерації змістових блоків різного порядку (наприклад, модуль 1 містить 5 тем – 1.1, 1.2, 1.3 і т.д.);

**2) занурення:** 15 навчальних тем гуманістично зорієнтованого змісту вибудовані у горизонтальний ряд таким чином, що студенти мають змогу поступово переходити від інтерпретаційно-критичної позиції в навчанні до нормативно-продуктивної та вартісно-есте-

тичної у висвітленні найскладніших проблем гуманістичної психології; саме тому освітній курс розпочинається з огляду основних категорій гуманізму, базових принципів та методів, аналізу історичного розвитку гуманістичної психології та вивчення творчих здобутків фундаторів цього психологічного напрямку; далі детально досліджується стрижневе явище – самоактуалізація та подаються особливості проведення гуманістично зорієнтованої психотерапії (екзистенційної, роджеріанської, трансперсональної, християнської); накінець, студенти практикуються у визначенні міри задоволення своїх базових потреб, ступеня особистісної зрілості, емпатійності, коефіцієнта самоактуалізації за відповідними психодіагностичними методиками.

**3) осягнення:** виокремлення універсальних світоглядних категорій кожного змістового блоку граф-схеми, виділення теоретико-методологічного, науково-проектного, науково-прикладного і практико-психодіагностичного підкурсів дає змогу концептуалізувати спільну освітню діяльність викладача та студента на кожному періоді модульно-розвивального оргциклу,

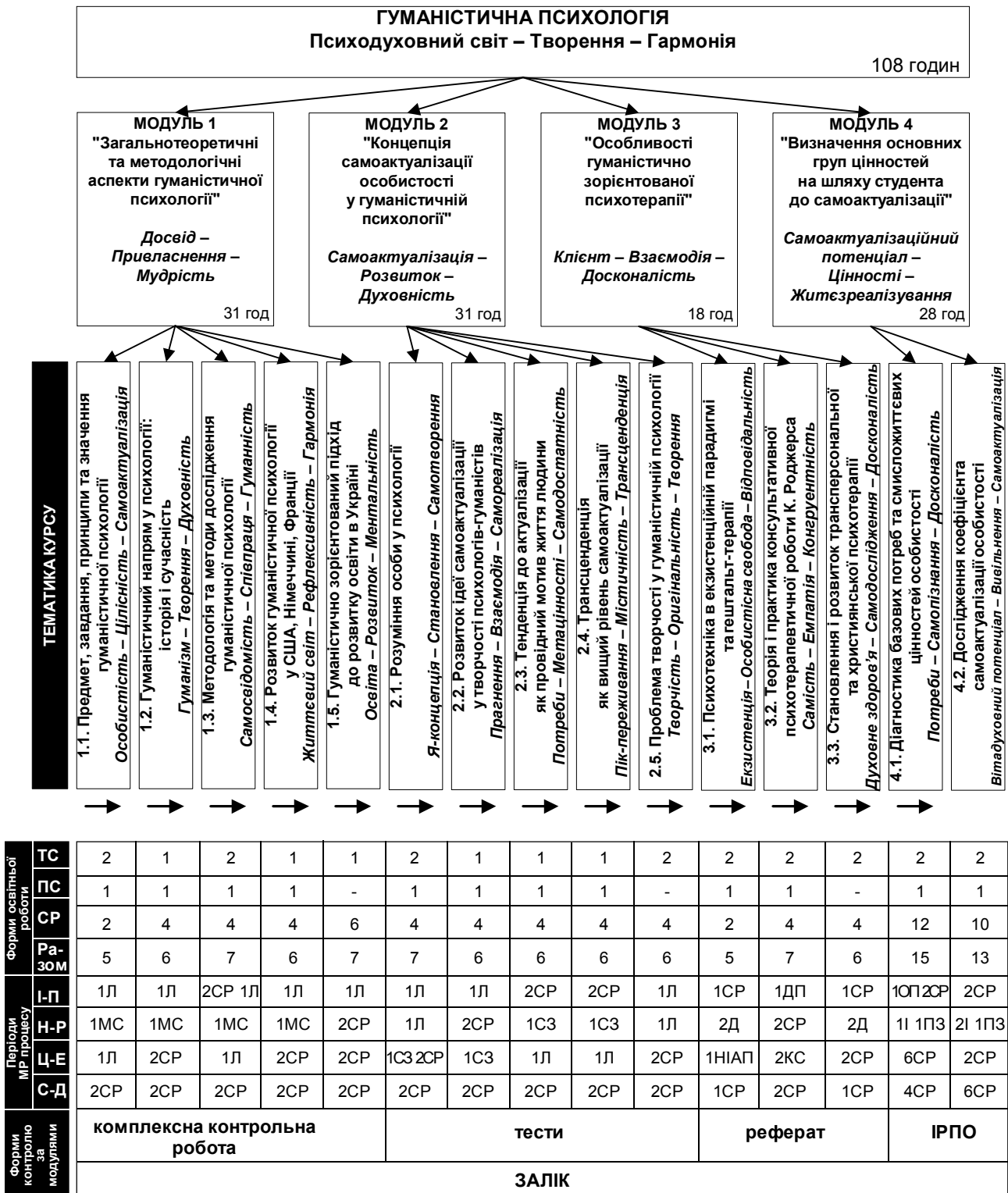


Рис. 2.  
Граф-схема навчального курсу "Гуманістична психологія"

**Умовні позначення:** Л – лекції; МС – методологічні семінари; П – практичні заняття; Д – дискусії; КС – круглі столи; НІАП – науково-інформаційні аналітичні повідомлення; ДП – доповіді; СЗ – семінарські заняття; ОП – організаційні проекти; І – інструкції; ТС – теоретичного спрямування; ПС – практичного спрямування; СР – самостійна робота; І-П – інформаційно-пізнавальний період; Н-Р – нормативно-регуляційний період; Ц-Е – ціннісно-естетичний період; С-Д – спонтанно-духовний період; ІРПО – інтерпретація результатів психодіагностичного обстеження.

оволодіти навчальним курсом не тільки на теоретичному, а й на проектному, практико-мистецькому та психодіагностичному рівнях;

**4) зростання:** під час проходження студентами чотирьох періодів модульно-розвивального циклу та інтелектуального осягнення і духовного переживання змісту базових універсальних курсу забезпечується їхня повноцінна активність, самореалізація власних нахилів і здібностей, духовне зростання і саморозвиток;

**5) інформаційності:** граф-схема відображає найважливіші, з погляду викладача, відомості про особливості організації навчання, форми і засоби освітнього контролю.

#### **4. ФОРМИ ОСВІТНЬОЇ РОБОТИ ТА ІННОВАЦІЙНА СИСТЕМА ПРОГРАМОВО-МЕТОДИЧНИХ ЗАСОБІВ**

Програма розроблена для студентів четвертого курсу денної і другого заочної форм навчання спеціальності 6.040200 – “Соціологія” і 6.040202 – “Соціальна робота”.

Студенти денної форми навчання вивчають курс в обсязі 108 год, з яких: 24 год – лекції, 12 год – практичні, 4 год – індивідуальна робота і 68 год – самостійна.

Студенти заочної форми навчання вивчають курс в обсязі 108 год, з яких: 6 год – лекції, 2 год – практичні і 100 год – самостійна робота.

У *лекціях* викладені теоретичні та методологічні аспекти гуманістичної психології, проаналізовано становлення гуманістичних ідей у США, Німеччині, Франції, Україні, визначені особливості розвитку концепції самоактуалізації у творчості психологів-гуманістів та описані провідні риси самоактуалізованих людей, розкрита специфіка консультативного та психотерапевтичного процесів, охарактеризована роль психолога та позиція клієнта за провідними напрямками гуманістичної психології (роджеріанським, екзистенційним, трансперсональним, християнським і гештальт-терапією).

*Завдання проведення лекцій:*

– ознайомити студентів з основними теоретичними концепціями вітчизняних та зарубіжних психологів-гуманістів;

– сформувані у студентів систему основних положень категорій, положень та принципів гуманістичної психології як науки і навчальної дисципліни;

– обґрунтувати актуальність та доцільність вивчення гуманістичної психології як навчаль-

ної дисципліни, покликаної сприяти повноцінному розкриттю продуктивних можливостей кожного студента в його індивідуальній своєрідності;

– стимулювати всебічний розвиток позитивної Я-концепції, самоактуалізацію потенційних можливостей індивіда, соціомобілізацію ментального досвіду та збагачення духовного світу самості новими знаннями, вміннями, нормами, цінностями.

Зміст та організація *практичних занять* характеризуються динамічністю, насиченістю, різноманітністю форм і методів роботи у системі “викладач–студент”. Зокрема, використовуються ділові ситуативні ігри, групова мислєдіяльність, евристичний діалог, а також методи опитування, тестування, наукової інтерпретації та експертизи. Це забезпечує культурне поєднання викладацької роботи з навчальною у єдиному процесі паритетної освітньої діяльності викладача і студентів. При цьому кожен майбутній соціолог (психолог, соціальний працівник) навчається практично визначити коефіцієнт самоактуалізації за опитувальником особистісної орієнтації Е. Шостром, власні вартісні уподобання за методикою ціннісних орієнтацій М. Рокича тощо.

*Завдання проведення практичних занять:*

– домогтися гармонійного поєднання наукових знань, навчальних умінь, соціальних норм та культурних цінностей;

– утверджувати гуманістичні ідеали та цінності на основі використання позитивного потенціалу гуманістичної парадигми у психології;

– формувати психологічні вміння компромісного вирішення проблемних і конфліктних ситуацій на засадах поваги, любові, добра, гуманізму;

– виробити практичні навички визначення рівня особистісної зрілості, ступеня задоволення базових потреб особистості, коефіцієнта самоактуалізації, моделювання власного життєвого шляху у процесі ділової гри “Крамниця життя”;

– налаштувати студентів на гуманізацію взаємовідносин найближчого оточення та соціуму, мирне розв’язання суспільних конфліктів та проблем, гармонійний розвиток і саморозвиток кожної особистості.

Поточний контроль за якістю привласнення теоретичних знань, практичних умінь, соціальних норм і культурних цінностей студентів здійснюється на практичних заняттях у таких формах: а) психодиктанту; б) проблемної дискусії за низкою запитань; в) тестового конт-

ролю знань, вмінь, норм і цінностей (*додаток 1*); г) самостійного виконання письмових робіт із заданої тематики (*додаток 2*).

Підсумковий контроль академічних досягнень майбутніх соціологів і соціальних працівників із даної навчальної дисципліни проходить

у формі заліку для денної форми навчання та екзамену – для заочної. Підсумковий бал (за 100-бальною шкалою) з дисципліни “Гуманістична психологія” визначається як середньозважена величина залежно від питомої ваги кожної складової залікового кредиту:

Модуль 1 (підсумкове тестування)			Модуль 2 (підсумкова оцінка за ІНДЗ)	Модуль 3 (поточне опитування)	Модуль 4 (письмовий залік)	Разом
Змістовий модуль 1	Змістовий модуль 2	Змістовий модуль 3	Змістовий модуль 4			
10	10	10	30	20	20	100

Шкала оцінювання:

За шкалою університету	За національною шкалою	За шкалою ECTS
90–100	відмінно	A (відмінно)
85–89	добре	B (дуже добре)
75–84		C (добре)
65–74	задовільно	D (задовільно)
60–64		E (достатньо)
35–59	незадовільно	FХ (незадовільно з можливістю повторного складання)
1–34		F (незадовільно з обов'язковим повторним курсом)

## 5. ЗМІСТ КУРСУ

### 5.1. Тематика лекційних занять

*Тема 1. Предмет, завдання, принципи та значення гуманістичної психології.*

Актуальність вивчення гуманістичної психології як науки і навчальної дисципліни. Предмет, завдання і значення курсу у підготовці висококваліфікованих професіоналів-гуманістів. Принципи розвитку гуманістичної психології за А. Маслоу (індивід як єдине ціле, несумісність експериментів на тваринах, добро як внутрішня природа людства, творчий потенціал особистості, акцент на психічному здоров'ї) і Дж. Б'юджен-талом (людина перевищує суму своїх частин, унікальність людського буття, безперервність суб'єктивного досвіду особистості, свобода вибору і відповідальність, інтенційність індивіда).

**Ключові поняття:** гуманізм, гуманістична психологія, бігевіоризм, психоаналітична теорія, предмет науки, предмет гуманістичної психології, інтенція, релятивізм, валідність, феноменологія, принципи ГП, особистість, психічне здоров'я, творчий потенціал, суб'єктивний досвід, інтенція, свобода вибору. [13; 14; 20; 27; 46; 48; 49]

*Тема 2. Гуманістичний напрямок у психології: історія і сучасність.*

Філософські передумови виникнення гуманістичної психології. Гуманістичний альтернативний рух – третя сила у психологічній науці. Сучасний розвиток гуманістичних ідей. Основні теоретичні напрямки гуманізму. Базові постулати екзистенційної парадигми. Основні поняття та положення трансперсональної психології. Трансперсональний проект у російській культурі. Роз-

виток християнської психології в сучасному англomовному світі, Україні та Росії.

**Ключові поняття:** парадигма, гуманістичні ідеї, аутентичність, екзистенція, екзистенційна психологія, трансперсональна психологія, християнська психологія, трансперсональні переживання.

[5; 12; 14; 17; 24; 29; 34; 36; 48]

*Тема 3. Методологія та методи дослідження гуманістичної психології.*

Методологія як вчення про науковий метод пізнання та професійна діяльність. Природничо-наукова, гуманітарна, практична і вітакультурна парадигми у пізнанні. Базові принципи та світоглядні універсалії вітакультурної методології. Методологічні засади психологічного дослідження. Спостереження та експеримент як основні методи гуманістичної психології. Новітні методи дослідження у гуманістичній психології. Основні поняття гуманістичної психології: особистість, самість, самоактуалізація, свобода, цінність, емпатія, творчість, потреби, відповідальність, свобода вибору, внутрішня свобода особистості, негативна та позитивна свобода, задоволення базових потреб, метапотреби, метацинності, суб'єктивність, об'єктивність, гомеостаз, гетеростаз, детермінізм, раціональність, ірраціональність, холізм, елементаризм, конституціоналізм, інвайронменталізм, проактивність, реактивність, пізнаність, непізнаність.

**Ключові поняття:** методологія, метод, спостереження, експеримент, природничо-наукова, гуманітарна, практична і вітакультурна парадигми, життя, культура, світоглядні універсалії, рефлексія, індивід, особистість, самість, самоактуалізація, свобода вибору, цінність, емпатія, творчість, потреби.

[4; 7; 9; 12; 14; 19; 26; 29; 35; 46; 48]

**Тема 4. Розвиток гуманістичної психології у США, Німеччині, Франції.**

К. Роджерс та А. Маслоу як фундатори гуманістичної психології та взірці високодуховного професіоналізму. Внесок Р. Мейя, Г. Олпорта і Дж. Б'юдженталя у розвиток гуманістичного альтернативного руху. Екзистенційні концепції розвитку особистості у Франції (Ж.-П. Сартр, П. Рікер). Екзистенційні потреби Е. Фромма. Концепція В. Франкла про пошук сенсу життя як мотиваційну тенденцію особистості, ноогенний невроз, поняття про життєвий вакуум.

**Ключові поняття:** диспозиційний напрям, ідеографічний підхід, індивідуальна риса, кардинальна диспозиція, образ себе, вторинна диспозиція, загальна риса, пропріативне прагнення, пропріум, типи соціального характеру, екзистенційні потреби, сенс життя, ноогенний невроз, екзистенційний вакуум.

[1; 2; 3; 17; 21; 22; 24; 37; 38; 39]

**Тема 5. Гуманістично зорієнтований підхід до розвитку освіти в Україні.**

Гуманістичні ідеї Київської Русі. Концепція "сродної праці" Г. Сковороди. Гуманістична концепція дитячого щастя В. Сухомлинського. Особливості індивідуалізації навчання Г. Костюка. Проблеми гуманізації освіти в Україні та раціогуманістичний підхід у психології Г. Балла. Наукові проекти А. Фурмана: "Школа Ментальності", "Школа розуміння", "Школа віри", "Школа здібностей", "Школа духовності", "Школа самоствердження" та ін. Специфіка сучасного гуманістично зорієнтованого навчання.

**Ключові поняття:** освіта, гуманізм, концепція "сродної праці", здібності, нахили, індивідуальний розвиток, ментально зорієнтована освіта, диференціація та індивідуалізація навчання, освітній процес, Болонський процес, модульно-розвивальна система навчання.

[8; 13; 18; 21; 34; 47; 49]

**Тема 6. Розуміння психодуховного світу особистості у гуманістичній психології.**

Проблема особистості у психології. Цілісна структурна модель душевного життя людини Філіпа Лерша. Функціональне коло переживання як горизонтальний динамічний біполярно-цілісний зв'язок людини зі світом. Модель душевного розшарування особистості. Феномен соціалізації індивіда: поняття, зміст, стадії. Кватерність "суб'єкт – особистість – індивідуальність – універсум". Психодуховний світ людини як динамічна відкрита рекурсивна цілісність. Основні метасфери внутрішнього світу особистості – розумова, соціальна, психосмислова, духовна (за А.В. Фурманом). Поняття про Я-концепцію людини як оригінальний конструкт самості (за К. Роджерсом). Когнітивна, емоційно-оцінювальна, поведінкова і спонтанно-духовна складові Я-концепції (за О.С. Гуменюк). Проблема адаптації у психо-

логії. Поняття загрози та захисних психологічних механізмів. Самосприйняття і психологічна адаптація. Самоприйняття і прийняття інших. Зміст, різновиди, типи адаптаційних процесів.

**Ключові поняття:** психодуховний світ особистості, суб'єкт, індивідуальність, універсум, мотив, потреба, інтерес, структура особистості, темперамент, психічні процеси, спрямованість особистості, активність особистості, стаціонарні настрої, тектоніка особи, адаптація, дезадаптація, Я-концепція, когнітивна складова Я-концепції, емоційно-оцінювальна складова Я-концепції, поведінкова складова Я-концепції, духовна складова Я-концепції, самосприйняття.

[14; 15; 16; 28; 45; 48]

**Тема 7. Розвиток ідеї самоактуалізації у творчості психологів-гуманістів.**

Поняття самоактуалізації та її передумови у гуманістичній психології (за К. Гольдштейном, К. Роджерсом). Філософські передумови концепції самоактуалізації. Проблема добра і зла у творчості фундаторів гуманістичної парадигми. Дослідження свободи вибору психологами-гуманістами. Застосування гуманістичних ідей у психотерапії, навчанні, консультуванні, менеджменті та інших галузях науки і суспільної практики. Поняття синергії суспільства (за А. Маслоу). Концепція емпіричного менеджменту. Погляди на суспільство К. Роджерса.

**Ключові поняття:** самоактуалізація як процес і стан, концепція добра і зла, свобода вибору між добром і злом, позитивна і негативна свобода, синергія суспільства, емпіричний менеджмент.

[2; 13; 22; 23; 27; 29; 32; 46]

**Тема 8. Тенденція до актуалізації як провідний мотив життя людини.**

Ієрархія фундаментальних потреб А. Маслоу та їх характеристика. Передсамореалізаційні рівні потреб Ж. Годфруа (естетичні та когнітивні потреби) та А.В. Фурмана (потреба у внутрішній свободі). Метамотивація А. Маслоу. Метапотреби та метапатології. Механізми десакралізації та ресакралізації. Дефіцитарне та буттєве пізнання. Дефіцитарні та буттєві цінності. Сакральність як причетність до вічності. Дефіцитарний спосіб та метаспосіб життя: шлях до вдосконалення. Поняття про психологічну утопію – Еупсихію. Основні риси самоактуалізованих людей за Г. Олпортом, В. Франклом, А. Маслоу, К. Роджерсом.

**Ключові поняття:** метапотреби, метапатології, дефіцитарні мотиви, буттєві мотиви, десакралізація, ресакралізація, дефіцитарні цінності, буттєві цінності, Еупсихія, ієрархія потреб, фізіологічні потреби, потреба у безпеці і захисті, потреба у приналежності, потреба у самоповазі, потреби самоактуалізації, потреба у внутрішній свободі, сакральність.

[3; 10; 13; 16; 22; 23; 27; 32]

**Тема 9. Трансценденція як вищий рівень самоактуалізації людини.**

Поняття трансценденції. Порівняльний аналіз характерологічних особливостей здорових самоактуалізованих людей та трансцендентів. Творчий аспект трансценденції. Народження, смерть і трансценденція у психотерапії С. Грофа. Трансцендентний досвід і його ставлення до релігії та неврозів.

**Ключові поняття:** *вершинні переживання, пік-переживання, плато-переживання, трансценденція, трансцендентна особистість, трансцендери, трансцендентна психотерапія, народження – життя – смерть, трансцендентний досвід.*

[2; 3; 13; 14; 27; 36; 48]

**Тема 10. Проблема творчості у гуманістичній психології.**

Визначення творчості. Психологічні теорії творчості (психоаналітична, теорія бісоціальності, екзистенційна теорія М. Бердяєва). Генетична психологія творчості В.А. Роменця. Загальна природа та стадії творчого процесу. Вчинок і моральна творчість. Способи вивільнення творчого потенціалу. Чотири складові “сили особистості”: ідеалізм, гармонія, самоконтроль, здолання труднощів. Десять заповідей творчої особистості П. Вайнцвайга.

**Ключові поняття:** *творчість, творчий потенціал особистості, розвиток, саморозвиток, вдосконалення, гармонія, вчинок, ситуація, мотивація, дія, рефлексія, моральна творчість, самоконтроль, ідеал, еталон.*

[10; 13; 33; 34; 46]

**Тема 11. Психотехніка в екзистенційній парадигмі та гештальт-терапії.**

Значення екзистенційної психотерапії. Уявлення про людину. Характеристика консультативного та психотерапевтичного процесу. Цілі психологічної допомоги. Роль психолога-консультанта. Позиція клієнта. Психотехніка в екзистенційній парадигмі. Загальна оцінка екзистенційної терапії. Основні поняття й положення гештальт-психотерапії. Структура і цілі консультативного та психотерапевтичного процесу. Психологічні ігри та вправи у гештальт-терапії. Загальна характеристика концепції.

**Ключові поняття:** *екзистенція, досвід, діалог, переживання, психологічна допомога, психолог-консультант, позиція клієнта, “життєвий світ”, подія, тривога, ідентичність, гештальт-терапія, рівні невротичності, психотехніка, “незавершена справа”, “тут і тепер”, “енергія”, “блокування енергії”.*

[9; 13; 14; 27; 36; 37; 48; 50]

**Тема 12. Теорія та практика консультативної і психотерапевтичної роботи К. Роджерса.**

Основні поняття та положення психотерапевтичної практики К. Роджерса. Характеристика консультативного та психотерапевтичного процесів. Цілі психологічної

допомоги. Роль психолога-консультанта. Клієнт у консультуванні і психотерапії. Психотехніка в концепції К. Роджерса. Загальна оцінка концепції.

**Ключові поняття:** *емпатія, турбота, конгруентність, психологічний клімат, повноцінно функціональна особистість, “самість”, фасилітатор, самовираження, внутрішнє прийняття, особистісне зростання.*

[9; 13; 16; 30; 31; 48; 49]

**Тема 13. Становлення і розвиток трансперсональної і християнської терапії.**

Процес становлення трансперсональної терапії. Психологічні та природничо-наукові джерела уявлень про людину. Структура людської психіки. Характеристика психотерапевтичного процесу. Цілі психологічної допомоги. Психотехніка у трансперсональній психотерапії. Загальна оцінка парадигми. Зародження християнської психотерапії. Принципи та підходи психологічної та релігійної допомоги. Специфіка діяльності християнського психолога-психотерапевта. Загальна оцінка концепції.

**Ключові поняття:** *трансперсональні переживання, структура людської психіки, базові перинатальні матриці, колективне несвідоме, духовний і душевний розвиток, віра, мораль, духовність, самосвідомість, творення.*

[9; 13; 17; 36; 37; 38; 39; 48]

**Тема 14. Діагностика базових потреб та основних смисложиттєвих цінностей особистості.**

Система ціннісних орієнтацій як об'єкт психодіагностики. Термінальні та інструментальні цінності, їх ранжування за методикою М. Рокича. Діагностика ступеня задоволення базових потреб особистості (матеріальних, у безпеці, міжособистісних, у визнанні, у самовираженні). Визначення рівня особистісної зрілості, наявних та реалізованих рис характеру людини.

**Ключові поняття:** *психологічна діагностика, життєва активність, термінальні та інструментальні цінності, ціннісні орієнтації, особистісна зрілість.*

[2; 3; 11; 23; 25]

**Тема 15. Дослідження коефіцієнта самоактуалізації особистості.**

Визначення коефіцієнта самоактуалізації за методикою особистісної орієнтації Е. Шостром. Базові і додаткові шкали тесту. Кількісна обробка результатів опитувальника. Якісна обробка емпіричних даних, побудова профілю особистості.

**Ключові поняття:** *коефіцієнт самоактуалізації, тимчасова компетентність, внутрішня підтримка, гнучкість поведінки, сенситивність, спонтанність, самоповага, самоприйняття, синергічність, контактність, креативність.*

[3; 11; 25; 26; 28]



## 5.2. Зміст і структура практико-методичних занять

### Методологічний семінар №1

**Тема.** Гуманістична психологія як наука і навчальна дисципліна. Історичний аспект проблеми.

**Мета:** сформувати гуманістичне настановлення на усвідомлення студентами актуальності та значущості даної навчальної дисципліни у подальшій професійній діяльності.

#### Питання для обговорення:

1. Предмет, завдання та значення гуманістичної психології як навчальної дисципліни.
2. Основні принципи гуманістичної психології.
3. Історія становлення гуманістичної психології.
4. Особливості сучасного раціогуманізму.
5. Напрямки гуманістичної психології та їх характеристика.
6. Представники гуманістичної психології та провідні положення їхньої творчості.

### Методологічний семінар № 2

**Тема.** Теорія та методологія вивчення гуманістичної психології.

**Мета:** сформувати у студентів систему основоположних категорій та методологічних принципів гуманістичної психології як науки і навчальної дисципліни.

#### Питання для обговорення:

1. Основні поняття гуманістичної психології.
2. Методологічні проекти дослідження особистості в гуманістичній психології – природничо-науковий, гуманітарний, практичний і вітакультурний.
3. Зміст, різновиди, переваги та недоліки методів гуманістичної психології.
4. Сучасні методи дослідження гуманістичної психології.
5. Поняття про особистість та її психологічну структуру за концепцією Ф. Лерша.
6. Психодуховний світ особистості у контексті вітакультурної парадигми.

### Семінарське заняття № 3

**Тема.** Самоактуалізація як механізм і процес розвитку особистості.

**Мета:** сформувати у студентів гуманістичну установку на усвідомлення важливості дефіцитарних та буттєвих цінностей у процесі саморозвитку та самотворення кожної особистості.

#### Питання для обговорення:

1. Поняття самоактуалізації та його психологічний зміст і обсяг (за К. Гольдштейном).
2. Тенденція до актуалізації К. Роджерса та аналіз її психологічного змісту.
3. Ієрархія фундаментальних потреб А. Маслоу як концептуальна модель. Психологічна характеристика основних груп потреб.
4. Потреба у внутрішній свободі як прилучення до найвищих буттєвих цінностей.

5. Поведінка, котра стимулює самоактуалізацію як багатоканальний процес. Десакралізація та ресакралізація, їх психологічний зміст.

6. Метамотивація особистості у психологічній концепції А. Маслоу. Дефіцитарний та буттєвий способи життя: альтернатива чи взаємодоповнення?

7. Поняття про Еупсихію, її предмет, завдання, пояснювальні можливості.

### Семінарське заняття № 4

**Тема.** Філософські, соціальні та прикладні орієнтири концепції самоактуалізації.

**Мета:** розвивати світоглядну орієнтацію та компетентність студентів, сформувати у них систему основних категорій і понять як пізнавально-інтерпретаційних засобів трансцендентування самоактуалізації особистості.

#### Питання для обговорення:

1. Проблема добра і зла в гуманістичній психології та способи її розв'язання.
2. Концепція здорової особистості В. Франкла. Пошук сенсу життя та "екзистенційний вакуум": як співвідносяться ці поняття ?
3. Провідні характеристики самоактуалізованих людей за А. Маслоу та К. Роджерсом.
4. Трансценденція самоактуалізації та її передумови. Основні риси трансцендерів.
5. Трансцендентний досвід і релігія. Народження, смерть і трансценденція у науковій творчості С.Грофа.
6. Позитивна Я-концепція як основа духовного вдосконалення.

### Науково-інформаційні повідомлення № 5

**Тема.** Особливості застосування особистісно зорієнтованої теорії К. Роджерса та екзистенційної терапії на практиці.

**Мета:** виробити у студентів гуманістичне настановлення на усвідомлення практичної значущості концепції самоактуалізації у повсякденному житті, розвивати їх світоглядну орієнтацію шляхом діалогічного та рефлексивного оперування основними поняттями екзистенційної і роджеріанської психотерапій.

#### Питання для обговорення:

1. Еволюція терапії К. Роджерса: від психіки до взаємовідносин.
2. Цілі психологічної допомоги. Роль психолога-консультанта і позиція клієнта у психотерапії К. Роджерса.
3. Психотехніка у концепції К. Роджерса.
4. Основні поняття, положення та представники екзистенційної психотерапії.
5. Порівняльний аналіз психотехнік екзистенційної та трансперсональної психотерапій.
6. Загальна оцінка концепцій.

### Практичне заняття № 6

**Тема.** Психодіагностика коефіцієнта самоактуалізації особистості.

**Мета:** виробити норми і навички практичного засто-

сування знань із теорії самоактуалізації для вирішення конкретних життєвих ситуацій, розвивати вміння якісно інтерпретувати результати психологічних методик.

#### Питання для обговорення:

1. Діагностика ступеня задоволення базових потреб особистості.
2. Ознайомлення із теоретико-методичними аспектами опитувальника особистісної орієнтації Е. Шостром.
3. Практичне визначення коефіцієнта самоактуалізації.
4. Кількісний аналіз результатів тестування.
5. Якісна інтерпретація отриманих даних.

#### Використана і рекомендована література

1. Анциферова Л.И. Психология самоактуализирующейся личности в работах Абрахама Маслоу // Вопросы психологии. – 1973. – № 4. – С. 173–180.
2. Балл Г.А. Концепция самоактуализации личности в гуманистической психологии. – К.: Донецк: Ровесник, 1995. – 50 с.
3. Балл Г.А. Психология в раціогуманистической перспективе: Избранные работы. – К.: Основа, 2006. – 408 с.
4. Балл Г.О. Внутрішня свобода особи і особистісна надійність у контексті гуманізації освіти // Практична психологія і соціальна робота. – 2003. – №9. – С. 1–7.
5. Балл Г.О. До визначення засад раціогуманистичного підходу в методології психологічної науки // Психологія і суспільство. – 2000. – №2. – С. 74–90.
6. Балл Г.О. До обґрунтування раціогуманистичного підходу у психології // Психологія і суспільство. – 2004. – №4. – С. 60–74.
7. Балл Г.О. Особистісна свобода і гуманізація освіти // Практична психологія і соціальна робота. – 2001. – №1. – С. 2–4.
8. Ботівець С.І. Педагогічна психогігієна: теорія та методика: Монографія. – К.: Редакція “Бюлетеня Вищої атестаційної комісії України”, 2000. – 302 с.
9. Бондаренко О.Ф. Психологічна допомога особистості. – Х.: Фоліо, 1996. – 356 с.
10. Годфруа Ж. Что такое психология: Пер. с фр. – В 2-х т. – М.: Педагогика, 1996. – Т. 1. – 496 с.; Т. 2. – 396 с.
11. Гозман Л.Я., Кроз М.В., Латинская М.В. Самоактуализационный тест. – М., 1995. – 45 с.
12. Грининг Т. История и задачи гуманистической психологии // Вопросы психологии. – 1988. – № 4. – С. 161–167.
13. Гуманистическая и трансперсональная психология: Хрестоматия / Сост. К.В. Сельченко. – Мн.: Харвест, М.: АСТ, 2000. – 592 с.
14. Гуманістичні підходи в західній психології ХХ ст. // Гуманістична психологія / Упорядники і наукові редактори Р. Трач (США) і Г. Балл (Україна). – К.: Пульсари, 2001. – 252 с.
15. Гуменюк О.С. Психологія впливу: Монографія. – Тернопіль: Економічна думка, 2003. – 304 с.
16. Гуменюк О.С. Психологія Я-концепції: Навчальний посібник. – Тернопіль: Економічна думка, 2004. – 310 с.
17. Друрри Н. Трансперсональная психология / Пер. с англ. – М., Львов: Инициатива, 2001. – 208 с.
18. Костюк Г.С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості / За ред. Л.М. Проколенко; Упор. В.В. Андрієвська, Г.О. Балл, О.Т. Губко, О.В. Проскура. – К.: Рад. шк., 1989. – 608 с.
19. Крипнер С., де Карвало Р. Проблема метода в гуманистической психологии // Психологический журнал. – 1993. – Т. 14, № 2. – С. 113–126.
20. Кэ́лвин С., Линдсей Гарднер. Теории личности. – М.: ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 1999. – 592 с.
21. Левченко Т.І. Розвиток освіти та особистості в різних педагогічних системах: Монографія. – 1-е вид. – Вінниця: Нова книга, 2002. – 512 с.
22. Леонтьев Д.А. Развитие идеи самоактуализации в работах А. Маслоу // Вопросы психологии. – 1987. – № 3. – С. 150–158.
23. Маслоу А. Самоактуализация личности и образование. – К.: Донецк: Ин-т психологии АПП Украины, 1994. – 52 с.
24. Олпорт Г.В. Личность в психологии. – М.: Ювента, 1998. – 350 с.
25. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: Учеб. пособ./Ред.-сост. Д.Я. Райгородский. – Самара: БАХРАХ-М, 2002. – 672 с.
26. Психологический словарь / Под ред. В.П. Зинченко, Б.Г. Мещерякова. – М.: Педагогика – Пресс, 1997. – 440 с.
27. Психология личности: Хрестоматия / Под ред. Д.Я. Райгородского. – Т. 1. – Самара: БАХРАХ-М, 2000. – 448 с.
28. Психология. Словарь / Под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. – М.: Политиздат, 1990. – 494 с.
29. Психологія і духовність: (Світглядні аспекти гуманістично зоріє-

тованих напрямів у сучасній західній психології) // Гуманістична психологія: Антологія: В 3-х т.: Навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / Упоряд.: Г. Балл, Р. Трач. – 2005. – Т.2. – 279 с.

30. Роджерс К. К науке о личности // История зарубежной психологии. – М.: МГУ, 1986. – С. 199–230.
31. Роджерс К.Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека. – М.: Универс, 1994. – 480 с.
32. Родыгин Е.Р., Шерстюк А.Я. Гуманистическая психология: теория и способы практического использования. – К.: Ин-т психологии АПН Украины, 1994. – 50 с.
33. Роменець В.А. Психологія творчості: Навчальний посібник. – 2-ге вид., доп. – К.: Либідь, 2001. – 288 с.
34. Роменець В.А., Маноха І.П. Історія психології ХХ століття: Навч. посібник. – К.: Либідь, 1998. – 992 с.
35. Ситнікова Н.Є. Соціальне самоствердження старшокласників за умов системної диференціації навчання: Монографія / За ред. проф. А.В. Фурмана. – Тернопіль: Економічна думка, 2004. – 140 с.
36. Трансперсональная психология: Истоки, история, современное состояние / В. Майков, В. Козлов. – М.: АСТ, 2004. – 603 с.
37. Франкл В. Человек в поисках смысла. – М.: Прогресс, 1990. – 368 с.
38. Фромм Э. Духовная сущность человека. Способность к добру и злу. Гл. 6. Свобода, детерминизм, альтернативность // Филос. науки. – 1990. – № 8. – С. 85–95.
39. Фромм Э. Душа человека. – М.: Республика, 1992. – 430 с.
40. Фромм Э. Иметь или быть? – М.: Прогрес, 1986 – 238 с.
41. Фромм Э. Искусство любви (Исследование природы любви). – Вып. 2. – М.: Знание, 1991. – 64 с.
42. Фромм Э. Психоанализ и этика. – М.: Республика, 1993. – 415 с.
43. Фромм Э. Человек для себя: Пер. с англ. – М., 1992. – 253 с.
44. Фромм Э. Человеческая ситуация: Пер. с англ. – М., 1995. – 240 с.
45. Фурман А. Система інноваційної освітньої діяльності модульно-розвивальної школи та її комплексна експертиза // Психологія і суспільство. – 2005. – № 2. – С. 29–75.
46. Фурман А.В. Психодіагностика особистісної адаптованості. – Тернопіль: Економічна думка, 2000. – 197 с.
47. Фурман А.В. Психокультура української ментальності. – Тернопіль: Економічна думка, 2002. – 132 с.
48. Хейл Л., Зиглер Д. Теории личности. – СПб.: Питер, 2001. – 608 с.
49. Цигульська Т.Ф. Загальна та прикладна психологія. Курс лекцій: Навчальний посібник. – К.: Наукова думка, 2000. – 192 с.
50. Экзистенциальная психология. Экзистенция / Пер. с англ. М. Занадворова, Ю. Овчинниковой. – М.: Апрель-Пресс, 2001– 624 с.

#### Додаток 1

#### Дидактичні тести з курсу “Гуманістична психологія”

1. Котре із названих провідних положень стосовно природи людини не притаманне концепції А. Маслоу:

- а) сильний прояв свободи;
- б) сильний прояв холізму;
- в) висока ірраціональність;
- г) середня проактивність;
- д) сильний прояв гетеростазу.

2. Клас основних потреб, котрі мотивують людину до близьких взаємостосунків з іншими людьми, знаходять задоволення у друзях, сімейному житті і членстві у різних групах та організаціях – це ...

- а) потреби у безпеці і захисті;
- б) фізіологічні потреби;
- в) когнітивні та етичні потреби;
- г) потреби у приналежності і любові;
- д) потреби у внутрішній свободі.

3. Мотивація, котра часто приймає форму присвячення особистості певним ідеалам чи цілям, чомусь “поза собою” – це ...

- а) дефіцитарна мотивація;
- б) буттєва мотивація;
- в) метамотивація;
- г) трансцендентна мотивація;

д) тенденція зростання.

**4. Який із соціальних типів характеру невластивий гуманістичному психоаналізу Е. Фромма:**

- а) рецептивний тип;
- б) експлуатуючий тип;
- в) релігійний тип;
- г) накопичувальний тип;
- д) ринковий тип.

**5. Система уявлень людини про те, якою вона зможе і повинна стати у майбутньому, включаючи прагнення і вірування, моральні ідеали і цінності, світогляд і переконання, – це ...**

- а) Я-теперішнє;
- б) Я-фантастичне;
- в) Я- майбутнє;
- г) Я-ідеальне;
- д) Я-дзеркальне.

**6. Характеристика, котра впливає на поведінку людини в різноманітних ситуаціях, і є основним конструктором психологічної структури індивіда у концепції Г. Олпорта, – це ...**

- а) центральна диспозиція;
- б) індивідуальна риса;
- в) загальна риса;
- г) вторинна диспозиція;
- д) пропріум.

**7. Котрі із запропонованих захисних механізмів притаманні концепції К. Роджерса:**

- а) сублімація і витіснення;
- б) викривлене сприйняття і заперечення;
- в) заперечення і витіснення;
- г) проекція і викривлене сприйняття;
- д) раціоналізація і заперечення.

**8. Самоактуалізація – це ...**

а) захисний механізм, суть якого полягає в тому, що індивід відходить на більш ранню стадію розвитку, безпечнішу і приємнішу;

б) процес особистісного зростання людини, котрий забезпечує максимально можливий, повноцінний здоровий розвиток її здібностей;

в) процес, у якому люди покращують і зберігають свою власну поведінку;

г) почуття власної гідності і самодостатності;

д) прагнення людини до високої оцінки і самооцінки своєї особистості.

**9. Котра із запропонованих характеристик здорової особистості невластива концепції В. Франкла:**

- а) вільно вибирає напрям дії;
- б) не спричинюється зовнішніми силами;
- в) знайшла сенс життя;
- г) домоглася чіткого розмежування добра і зла;
- д) свідомо контролює перебіг власного життя.

**10. Трансценденція – це ...**

а) стан свідомості, коли увага фокусується на самому собі;

б) результат оволодіння індивідом соціально-культурним досвідом у процесі його розвитку;

в) підхід у персонології, який підкреслює важливість розуміння суб'єктивних переживань людини;

г) тенденція або стратегія підтримки і зміцнення особистістю своєї Я-концепції;

д) термін, що означає те, що знаходиться за межами свідомості і пізнання; виражає всезагальні надчуттєві властивості буття, котрі пізнаються інтуїтивно.

## Додаток 2

### Перелік письмових робіт у межах самостійної роботи студентів

1. “Гуманістична психологія”: тавтологія, протиставлення чи взаємодоповнення понять?

2. “Духовність”, “свобода”, “відповідальність”: охарактеризуйте зміст та обсяг цих понять у контексті екзистенціалізму та логотерапії В. Франкла.

3. “Душевно здорові” люди насправді не є здоровими, а психотики не настільки божевільні, як здається. Чим це можна пояснити ?

4. Експериментальна та експірієнтальна методологічні парадигми: взаємодоповнення чи взаємовиключення ?

5. Трансперсональна психологія: наукові, соціальні чи досвідні передумови виникнення?

6. Психокультурні особливості позитивної терапії: крок у минуле чи майбутнє психологічної практики?

7. Розум і мудрість: тотожність чи відмінність вітакультурного змісту ?

8. Добро і зло у гуманістичній психології – проблема чи розв’язок?

9. Поняття “самості” К. Юнга та К. Роджерса: спільні і відмінні ознаки.

10. Самоактуалізація у творчості А. Маслоу, К. Роджерса та Р. Ассаджіолі: порівняльний аналіз та його узагальнення.

11. Т-групи і гештальт-групи: спільні і відмінні ознаки, переваги і недоліки.

12. Особливості співвідношення фігури і фону у гештальт-терапії.

13. Специфіка творчості у форматі канонічної психології.

14. Інтелект, творчість, індивідуальність, комунікація: їх взаємозв’язок та проблема гармонії .

15. Співвідношення Я-реального і Я-ідеального у творчості К. Роджерса.

Надійшла до редакції 9.12.2005.