

МАСТЕРА ПСИХОЛОГИИ

Абрахам Маслоу

МОТИВАЦИЯ И ЛИЧНОСТЬ

3-е издание



Оглавление

Предисловие к третьему изданию	13
Благодарности	19
Предисловие ко второму изданию	20
Вступительное слово. Влияние Абрахама Маслоу	40
Введение	40
Влияние Маслоу	40
Краткая биография	43
Литература	50
Часть I. Теория мотивации	51
Глава 1. Введение в теорию мотивации	52
Холистический подход	52
Парадигма мотивационных состояний	53
Средства и цели	54
Неосознанная мотивация	55
Общность человеческих желаний	55
Сложная мотивация	56
Мотивационные состояния	57
Удовлетворение порождает новую мотивацию	57
Невозможность составить список влечений	58
Классификация мотиваций с учетом основных целей	59
Неадекватность данных, полученных при экспериментах с животными	60
Окружение	61
Интегрированное действие	63
Немотивированное поведение	63
Возможность достижения цели	64
Реальность и бессознательное	64
Мотивация высших человеческих возможностей	66
Глава 2. Теория человеческой мотивации	67
Иерархия базовых потребностей	67
Физиологические потребности	67
Динамика иерархии потребностей	70
Потребности в безопасности	71
Потребности в любви и принадлежности	73
Потребности в уважении	75
Потребность в самоактуализации	76
Предпосылки удовлетворения базовых потребностей	77

Базовые когнитивные потребности	78
Желания знать и понимать	78
Эстетические потребности	81
Особенности базовых потребностей	81
Исключения из иерархии потребностей.	81
Степени удовлетворения	84
Неосознанные потребности	85
Культурная специфика	85
Сложная мотивация поведения.	85
Немотивированное поведение	86
Сосредоточение на животных и на человеке.	87
Мотивация и патология	87
Роль удовлетворения	87
Функциональная автономия	89
Глава 3. Удовлетворение базовых потребностей	90
Последствия удовлетворения базовой потребности	91
Научение и удовлетворение.	93
Удовлетворение и формирование характера	95
Удовлетворение и здоровье	98
Удовлетворение и патология	100
Сущность теории удовлетворения	101
Психотерапия	101
Установки, интересы, вкусы и ценности.	102
Классификация типов личности.	102
Скука и интерес.	102
Счастье, радость, довольство, восторг и экстаз	103
Социальные последствия.	103
Уровень фрустрации	103
Случайное, бесцельное поведение и поведение с целью развлечения	104
Автономия высших потребностей	104
Влияние удовлетворения	105
Глава 4. Пересмотр теории инстинкта	109
Важность пересмотра теории.	109
Критика традиционной теории инстинкта	111
Редукционизм	111
Подход «все или ничего»	111
Непреодолимые силы	112
Примитивные импульсы	114
Дихотомия инстинкта и разума.	114
Антагонизм между инстинктами и обществом.	115
Обособленные инстинкты.	116
Подавление инстинктов.	116
Базовые потребности в теории инстинкта.	117
Инстинкты, свойственные только человеку	118
Фрустрация носит патогенетический характер.	118
Удовлетворение носит здоровый характер	119

Побудительность	119
Психотерапия	119
Поощрение инстинктов	120
Разрешение противоречия	121
Глава 5. Иерархия потребностей	123
Различия между высшими и низшими потребностями	123
Выводы, сделанные на основании иерархии потребностей	127
Глава 6. Немотивированное поведение	132
Копинг в сравнении с экспрессией	134
Целенаправленное и бесцельное поведение	135
Парадокс — старание не стараться	136
Внешние и внутренние детерминанты	138
Поведение, приобретенное в процессе научения, и поведение, не связанное с научением	139
Возможность контроля	139
Воздействие на окружающую среду	141
Средства и цели	141
Сознательное или бессознательное поведение	142
Экспрессивное поведение	142
Бытие	142
Искусство	143
Оценка	145
Игра	146
Интеллектуальная экспрессия	146
Часть II. Психопатология и соответствие норме	147
Глава 7. Происхождение патологии	148
Депривация и угроза	148
Конфликт и угроза	150
Индивидуальное определение угрозы	152
Травма и болезнь как угроза	153
Подавление самоактуализации как угроза	154
Источник патологии	155
Выводы	155
Глава 8. Является ли склонность к агрессивному поведению инстинктивной?	156
Животные	157
Дети	160
Антропология	163
Клинический опыт	164
Эндокринология и генетика	164
Теоретическая оценка	165
Склонность к деструктивному поведению: инстинктивная или приобретенная?	167

Глава 9. Психотерапия как добрые отношения между людьми.	169
Психотерапия и удовлетворение потребностей	172
Шаманское исцеление	172
Отсутствие связи между теорией и результатами.	172
Хорошие результаты достигаются различными методами.	173
Личность психотерапевта	173
Улучшение без «психотерапии»	173
Психотерапевтический эффект жизненного опыта	174
Успешное лечение неподготовленными психотерапевтами.	174
Выводы.	175
Добрые отношения между людьми	176
Дружба: умение любить и быть любимым.	177
Взаимоотношения: неперенное условие для психотерапии	178
Психотерапия: обучение в процессе взаимоотношений	180
Повседневная жизнь в качестве психотерапии	182
Самотерапия.	183
Групповая психотерапия	184
Хорошее общество.	186
Что такое хорошее общество?	186
Как общество влияет на природу человека?	187
Профессиональная психотерапия	190
Методы.	190
Инсайт и удовлетворение потребностей	192
Глава 10. Подходы к соответствию норме и здоровью.	194
Традиционные представления.	195
Среднестатистическое значение	195
Социальные нормы	196
Культурные нормы.	196
Пассивная адаптация	197
Отсутствие болезни.	197
Новые концепции	198
Чем мы можем стать	200
Врожденные качества человеческой природы	203
Разграничение между врожденным и случайным	204
Условия, необходимые для здоровья.	206
Окружение и личность.	207
Психологическая утопия.	208
Природа нормы.	209
Часть III. Самоактуализация	211
Глава 11. Самоактуализирующиеся люди: исследование	
психического здоровья.	212
Исследование	213
Материал и методы	213

Сбор и презентация данных	216
Результаты наблюдений	216
Восприятие реальности	216
Принятие	219
Спонтанность	220
Центрирование на проблеме	222
Склонность к уединению	223
Автономия	225
Свежесть восприятия	226
Пиковые переживания	227
Человеческое родство	228
Скромность и уважение к окружающим	229
Межличностные отношения	230
Этика	231
Средства и цели	231
Чувство юмора	232
Креативность	233
Сопротивление приобщению к культурным нормам	234
Несовершенства	237
Ценности	238
Разрешение противоречий	241
Глава 12. Самоактуализирующиеся люди и любовь	243
Открытость	243
Способность любить и быть любимым	244
Сексуальность	245
Эго-трансцендентность	247
Веселость	247
Уважение к другому человеку	248
Любовь как самовознаграждение	248
Альтруистическая любовь	250
Отчужденность и индивидуальность	251
Глава 13. Креативность у самоактуализирующихся людей	252
Исходные концепции	252
Новые подходы	253
Креативность самоактуализации	254
Восприятие	254
Самовыражение	254
«Вторая наивность»	255
Влечение к неизведанному	255
Разрешение противоречий	256
Отсутствие страха	257
Пиковые переживания	257
Уровни креативности	259
Первичный уровень	260

Вторичный уровень	260
Интегрированная креативность	261
Креативность и самоактуализация	262
Часть IV. Методология гуманитарных наук	263
Глава 14. Вопросы новой психологии	264
Научение	264
Восприятие	265
Эмоции	266
Мотивация	267
Интеллект	269
Познание и мышление	269
Клиническая психология	270
Зоопсихология	272
Социальная психология	273
Личность	276
Глава 15. Психологический подход к науке	278
Исследование ученого	278
Наука и человеческие ценности	279
Понимание ценностей	279
Законы, созданные человеком, и законы природы	280
Социология науки	281
Различные подходы к реальности	281
Психическое здоровье	283
Глава 16. Центрирование на средствах как противоположность центрирования на целях	284
Чрезмерное внимание к технике	284
Центрирование на средствах и научная ортодоксия	287
Глава 17. Формирование стереотипов как противоположность познания истины	291
Внимание	292
Восприятие	295
Научение	297
Мышление	302
Стереотипные проблемы	303
Стереотипные техники	303
Стереотипные выводы	304
Язык	308
Теория	309
Глава 18. Холистический подход к психологии	311
Холистически-динамический подход	311
Фундаментальная первооснова психологии	311

Холистическая методология	312
Ограничения теорий причинности	315
Концепция личностного синдрома	318
Медицинское применение	318
Динамически взаимозаменяемые части	319
«Аромат личности»	320
Психологический смысл	320
Реакция на проблему	321
Смысл целого, заложенный в его частях	322
Взаимозаменяемость частей	322
Сосредоточение на человеческом организме	323
Особенности личностных синдромов	323
Взаимозаменяемость	323
Круговая причинность	324
Сопротивление изменениям	325
Восстановление нарушенного уровня синдрома	326
Изменения синдрома как единого целого	326
Внутренняя согласованность	327
Склонность к крайностям	328
Изменения под давлением извне	329
Переменные: уровень и качество	329
Культурные детерминанты	330
Изучение личностного синдрома	331
Стандартные способы корреляции	331
Уровни увеличения	332
Группировка по смыслу	333
Синдромы, взаимосвязанные в организме	334
Уровень и качество личностных синдромов	335
Личностные синдромы и поведение	336
Логическое и математическое представление данных о синдроме	339
Литература	342
Послесловие. Наследие Абрахама Маслоу	348
Введение	348
Ощущение чуда	349
Незаметная революция	350
Психолог и философ науки	351
Гуманистическая психология	351
Теория	352
Гуманистическое движение	352
Гуманистическая психотерапия	353
Трансперсональная психология	355
Возникновение трансперсональных представлений	356
Исследование природы бытия	357
Психотерапия	357
Образование: гуманистические ценности и новые пути научения	358
Множественность интеллектов и креативность	360

Гуманистическое обучение и переход к трансперсональному обучению	361
Новые способы научения	361
Влияние теории Маслоу на производство и менеджмент	362
Гуманистические достижения в бизнесе	364
Проект VALS: непосредственное применение иерархии потребностей	365
Здоровье и человек в целом	365
Хolistическое здоровье	366
Исцеление самого себя	366
Теория мотивации и самоактуализации и психология женщин	367
Синергетическое общество	369
Социальные представления	369
Проблема зла	370
Взгляд в будущее	371
Непреходящее наследие	372
Обзор ссылок на книгу «Мотивация и личность»	372
Библиография и избранная литература	375
Гуманистическая и трансперсональная психология	375
Образование	376
Бизнес и менеджмент	377
Здравоохранение	378
Психология женщин	379
Синергетическое общество	379
Библиография трудов Абрахама Маслоу	380
Послесловие научного редактора	391
Алфавитный указатель	397