

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/referat/305929>

Тип работы: Реферат

Предмет: Психология личности

Введение 3

Глава 1. Взгляд на проблему зависимости в экзистенциальном подходе 4

1.1 Экзистенциальное понятие зависимости 4

1.2 Классификация зависимостей 7

Выводы по главе 1. 11

Глава 2. Методика терапии зависимостей и зависимого поведения 12

2.1 Экзистенциальный взгляд на преодоление зависимости 12

2.2 Практическая работа с зависимыми 16

Выводы по главе 2. 17

Заключение 18

Список литературы 19

Приложение 1. 21

5 ключевых вопросов зависимому клиенту 21

Введение

Тема зависимостей была выбрана для реферата неспроста. Казалось бы, с течением времени, развитием наук, увеличением доступности информации люди должны быстрее справляться с зависимым поведением, понимать его причины и механизмы, признавать в себе эти проблемы при их наличии. Но тема зависимостей не только актуальна, как и прежде, но и значительно расширилась за счет появления абсолютно новых, обусловленных культурными и экономическими изменениями в жизни общества зависимостями. Так, появились интернет-зависимость, усугубился шопоголизм в результате появления интернет-магазинов и маркетплейсов, стали более разнообразными пищевые зависимости. Также никуда не делась и осталась очень острой проблема алкоголизма, наркомании.

Вероятно, в каждой семье имеется хотя бы один человек, страдающий от той или иной зависимости и наносящий этим травмы не только себе, но и своим близким. Понятно, что зависимость – это лишь следствие других, более глубинных проблем человека, неудовлетворенных потребностей, неправильно сделанных выборов. Рассмотрим в данном реферате зависимость как экзистенциальный феномен, изучим экзистенциальные теории терапии зависимого поведения и выделим принципы, по которым необходимо проводить практическую работу с людьми, страдающими от зависимостей.

Глава 1. Взгляд на проблему зависимости в экзистенциальном подходе

1.1 Экзистенциальное понятие зависимости

Для начала, раскроем понятие экзистенциального подхода в психологии. Экзистенциально-аналитическая терапия, относящаяся одному из направлений гуманистической психологии, зародилась в XX веке в Европе на фундаменте различных философских течений, таких как: философский иррационализм, «философия жизни», интуитивизм, а также психоанализа и гуманистической психологии (существует взгляд, согласно которому правильней объединить экзистенциальное и гуманистическое направления воедино).

Основателем экзистенциальной психологии называют представителя философского иррационализма Сьёрена Кьеркегора. Одними из самых ярких представителей экзистенциальной школы в период ее зарождения были Виктор Франкл, Людвиг Бинсвангер и т.п. Представители других психологических направлений также нередко обращались к экзистенциальному направлению и черпали оттуда свои идеи (например, Карен Хорни и Э.Фромм, последователи неойфрейдизма).

К ярким представителям экзистенциального направления относятся Ролло Мэй, Джеймс Бьюдженталь, Ирвинг Ялом, Р. Кочунас, А.Гнездилов.

Суть экзистенциального подхода заключается в следующем: взаимодействие индивида с окружающей действительностью вызывает у него базовые экзистенциальные проблемы, которые исходят из человеческой природы. Целью экзистенциальной терапии является понимание и осмысление человеком

собственный ценностей, переосмысление его жизни с ориентацией на них. Очень важным аспектом экзистенциального подхода считается принятие личностью ответственности за сделанный выбор на себя. Согласно данному подходу, невозможно изменить себя и свою жизнь, только излечив симптом. Ирвин Ялом, представитель экзистенциального направления, полагал, что в экзистенциальной терапии необходимо решать всего 4 проблемы: изоляция, свобода, внутренняя пустота и смерть остальные сложности произрастают из этих основных аспектов. Только решив основные вопросы и проведя серьезную внутреннюю работу, можно получить радость, осознать смысл жизни. Зрелый человек способен преодолеть эти проблемы самостоятельно; если же это не удастся, то нерешенные экзистенциальные вопросы могут привести к психическим проблемам.

Путь и развитие человека, согласно экзистенциально-аналитическому подходу, сопровождается появлением и необходимостью разрешения внутренних конфликтов, которые ведут к появлению депрессий, зависимостей, тревог, страхов, но не расцениваются как отклонения, а напротив, как естественные и необходимые для развития личности этапы пути.

В любой, даже очень тяжелой ситуации личность может и должна делать выбор и брать за него ответственность на себя. В результате этого, кризисные ситуации могут оказываться ключевыми точками, высвобождающими потенциал человека и направляющими его к развитию и росту.

Ролло Мэй утверждал, что задача экзистенциальной терапии - научить клиента делать выбор самостоятельно[11].

Одной из задач терапии является отказ от поиска безопасности в зависимости. Термин «зависимость» произошел от латинского слова *addictus* – рабски преданный. В словаре психологических терминов зависимое поведение определяется как «особый тип форм деструктивного поведения, которые выражаются в стремлении к уходу от реальности посредством специального изменения своего психического состояния» [4].

В психологии зависимостью считается только та привязанность, которая имеет достаточно высокий уровень выраженности либо которая нарушает общественные нормы, угрожает здоровью, как физическому, так и психическому [5].

Личность использует механизм зависимости для избегания ответственности за свою жизнь. Если человек принял на себя ответственность, то он понимает, что все, что он имеет, он создал сам [14].

О зависимости стоит говорить тогда, когда человек становится заложником ее объекта, возводит этот объект к роли и смыслу существования[7]. В этом случае индивид воспринимает реальность как неприятную, неприемлемую для себя и избегает ее.

Понять, что человек попал в оковы зависимости, можно по следующим признакам. Личность, избегающая неприятного, теряет свободу. Теряются внутренние ценности, ложь и самообман занимают все больше жизненного пространства. Также стоит отметить эгоцентричность поведения зависимого человека: он сосредотачивается на себе, своем психическом состоянии и перестает интересоваться миром. [9]

Сложно почувствовать, когда невинное увлечение перерастает в зависимость, но есть большое отличие: зависимость уничтожает и порабощает личность. Если этого объекта нет, то зависимый ощущает психическое и физическое недомогание. Все мысли и действия нацелены на достижение желаемого - удовлетворить потребность. В отечественной психологии принято выделять следующие признаки наличия у человека зависимости: человек навязчиво стремится к определенному поведению, причем, если ему не удастся достичь цели, у него растет напряжение, а при достижении цели – напряжение спадает[8]. Этот процесс цикличен и в начале подобного поведения вызывает неприятные эмоции.

Существует распространенное мнение, что у зависимого человека нет воли или она слабая. Воля у зависимого не слабая, а расщепленная. Его воля переходит на сторону его удовольствия и человек действует вместе с волей против себя самого [9]. Зависимость не развивается против воли. Люди, находящиеся в зависимом поведении, нередко вместо изменений в реальности стремятся внести изменения в собственное восприятие

Список литературы

1. Баяева С. Выбор и псевдывыбор по С. Кьеркегору. МИЭК, www.miekspace.ru
2. Большанин. А., Феноменологический подход к проблемам зависимости и зависимого поведения. Статья. – Ростов-на-Дону, 2007.
3. Большанин А., 2011. Экзистенциальный взгляд на зависимое поведение, 2016.
4. Большой психологический словарь / [Авдеева Н. Н. и др.]; под ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. - Москва: АСТ ; Санкт-Петербург: Прайм-Еврознак, 2009.

5. Войскунский А.Е. Феномен зависимости от интернета. /Гуманитарные исследования в интернете. Можайск-Терра, 2000.
6. Дорцен Э. Практическое экзистенциальное консультирование и психотерапии. Издательство ассоциации экзистенциального консультирования, издательский проект «Экзистенциальная традиция», Ростов-на-Дону, 2007.
7. Ключева Н.В., Головчанова Н.С., Экзистенциальная традиция в психологическом консультировании Учебное пособие, - Ярославль: ЯРГУ, 2009.
8. Р. А. Кутбиддинова. Психология зависимости. Учебно-методическое пособие Южно-Сахалинск: СахГУ, 2017.
9. Лэнгле Альфريد, Согласие в зависимости. Экзистенциально-аналитический подход. Национальный психологический журнал. – 2019. – № 3(35).
10. Руководство по аддиктологии. Под ред. проф. В.Д. Менделевича. СПб.: Речь, 2007.
11. Ролло Мэй. Искусство психологического консультирования: как давать и обретать душевное здоровье. М, 2009.
12. В.Франкл, Человек в поиске смысла. Библиотека зарубежной психологии, 1990.
13. Шелыгин К.в. Червина Н.А, Профилактика наркоманий и алкоголизма. Архангельск Сев.мед.гос.университет, 2017.
14. Ялом И. Групповая психотерапия, теория и практика. - М.: Апрель Пресс, Издательство Института психотерапии, 2005.
15. <https://www.rosbalt.ru/business/2012/09/19/1036195.html>

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/referat/305929>