

# **Оглавление**

Предисловие к третьему изданию .....	13
Благодарности.....	19
Предисловие ко второму изданию.....	20
<b>Вступительное слово. Влияние Абрахама Маслоу .....</b>	<b>40</b>
Введение .....	40
Влияние Маслоу.....	40
Краткая биография .....	43
Литература.....	50
<b>Часть I. Теория мотивации.....</b>	<b>51</b>
<b>Глава 1. Введение в теорию мотивации .....</b>	<b>52</b>
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
<b>Глава 2. Теория человеческой мотивации .....</b>	<b>67</b>
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
<b>Глава 3. Удовлетворение базовых потребностей .....</b>	<b>90</b>
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 фruстрации .....	103
Случайное, бесцельное поведение и поведение с целью развлечения .....	104
Автономия высших потребностей .....	104
Влияние удовлетворения .....	105
<b>Глава 4. Пересмотр теории инстинкта .....</b>	<b>109</b>
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
<b>Глава 5. Иерархия потребностей .....</b>	<b>123</b>
Различия между высшими и низшими потребностями .....	123
Выводы, сделанные на основании иерархии потребностей.....	127
<b>Глава 6. Немотивированное поведение .....</b>	<b>132</b>
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 обучения, и поведение, не связанное с обучением .....	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
<b>Часть II. Психопатология и соответствие норме .....</b>	<b>147</b>
<b>Глава 7. Происхождение патологии.....</b>	<b>148</b>
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
<b>Глава 8. Является ли склонность к агрессивному поведению инстинктивной? .....</b>	<b>156</b>
Животные.....	157
Дети .....	160
Антропология .....	163
Клинический опыт .....	164
Эндокринология и генетика.....	164
Теоретическая оценка.....	165
Склонность к деструктивному поведению: инстинктивная или приобретенная? .....	167

<b>Глава 9. Психотерапия как добрые отношения между людьми . . . . .</b>	<b>169</b>
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: непременное условие для психотерапии . . . . .	178
Психотерапия: обучение в процессе взаимоотношений . . . . .	180
Новседневная 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
<b>Глава 10. Подходы к соответствию норме и здоровью . . . . .</b>	<b>194</b>
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 натуры . . . . .	203
Разграничение между врожденным и случайным . . . . .	204
Условия, необходимые для здоровья . . . . .	206
Окружение и личность . . . . .	207
Психологическая утопия . . . . .	208
Природа нормы . . . . .	209
<b>Часть III. Самоактуализация . . . . .</b>	<b>211</b>
<b>Глава 11. Самоактуализирующиеся люди: исследование психического здоровья . . . . .</b>	<b>212</b>
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
<b>Глава 12. Самоактуализирующиеся люди и любовь .....</b>	<b>243</b>
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
<b>Глава 13. Креативность у самоактуализирующихся людей .....</b>	<b>252</b>
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
<b>Часть IV. Методология гуманитарных наук . . . . .</b>	<b>263</b>
<b>Глава 14. Вопросы новой психологии . . . . .</b>	<b>264</b>
Научение . . . . .	264
Восприятие . . . . .	265
Эмоции . . . . .	266
Мотивация . . . . .	267
Интеллект . . . . .	269
Познание и мышление . . . . .	269
Клиническая психология . . . . .	270
Зоопсихология . . . . .	272
Социальная психология . . . . .	273
Личность . . . . .	276
<b>Глава 15. Психологический подход к науке . . . . .</b>	<b>278</b>
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
<b>Глава 16. Центрирование на средствах как противоположность центрирования на целях . . . . .</b>	<b>284</b>
Чрезмерное внимание к технике . . . . .	284
Центрирование на средствах и научная ортодоксия . . . . .	287
<b>Глава 17. Формирование стереотипов как противоположность познания истины . . . . .</b>	<b>291</b>
Внимание . . . . .	292
Восприятие . . . . .	295
Научение . . . . .	297
Мышление . . . . .	302
Стереотипные проблемы . . . . .	303
Стереотипные техники . . . . .	303
Стереотипные выводы . . . . .	304
Язык . . . . .	308
Теория . . . . .	309
<b>Глава 18. Холистический подход к психологии . . . . .</b>	<b>311</b>
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
<b>Послесловие. Наследие Абрахама Маслоу .....</b>	<b>348</b>
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
Холистическое 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