

ЕЛЕНА БРОВКО

КРАТКОЕ
СОДЕРЖАНИЕ «ПО
НАПРАВЛЕНИЮ К
ПСИХОЛОГИИ БЫТИЯ»

Елена Бровко
Краткое содержание
«По направлению к
психологии бытия»
Серия «КнижкиКратко»

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=27361070
Библиотека «Главная мысль»; 2017*

Аннотация

Этот текст – сокращенная версия книги «По направлению к психологии бытия». Только самое главное: идеи, техники, ключевые цитаты.

Абрахам Маслоу создал новую психологию, в центре которой – изучение психики здоровых людей. Маслоу был уверен, что психология не должна быть сосредоточена лишь на болезни и психологическом неблагополучии, она обязана изучать здоровых счастливых личностей, чтобы помочь всем остальным исправить свою жизнь к лучшему и реализовать свой потенциал.

Сегодня мир твердит нам, что следует быть продуктивными и добиваться амбициозных задач. К сожалению или к счастью, но Маслоу вам в этом не поможет. Его психология создана не для того, чтобы воспитать суперэффективного работника,

который сможет без усталости выдавать креативные идеи и прибыль. Единственная цель гуманистической теории Маслоу – помочь человеку стать полноценным, здоровым и счастливым. Поэтому не стоит ожидать, что в нашем обзоре по бестселлеру Маслоу вы найдёте советы, как повысить эффективность и больше заработать. Скорее вероятен обратный эффект – вы станете больше созерцать и меньше действовать. Возможно, вы не станете более продуктивным, зато позволите себе быть и обретёте психологическое здоровье.

Напоминаем, что этот текст – краткое изложение книги

Авторский обзор по материалам книги «По направлению к психологии бытия». Абрахам Маслоу

Автор краткого обзора: *Елена Бровко*

**Как быть здоровой личностью и жить полной
счастливой жизнью: психология здоровья Абрахама
Маслоу**

Абрахам Маслоу создал новую психологию, в центре которой – поиск смысла, ценностей жизни. Он был уверен, что эффективная терапия – это не что иное, как исследование собственной внутренней натуры. Это – единственный способ обрести здоровую психику и радость бытия. Новую психологию он называет *третьей силой*, потому что она противостоит двум классическим теориям – концепции Фрейда о глубинах сознания и бихевиоризму, который, напротив, интересуется только внешним поведением.

Маслоу повторяет, что психология не должна быть сосре-

доточена лишь на болезни и психологическом неблагополучии, что она обязана изучать здоровых счастливых людей, чтобы помочь всем остальным исправить свою жизнь к лучшему и реализовать свой потенциал.

Идея Маслоу о ценностях положила начало, в том числе, новому представлению об управлении. Сегодня в теории менеджмента вопрос ставится так: *Какие условия надо создать в компании, чтобы цели индивида совпали или гармонично дополнили цели организации?* Именно благодаря Маслоу работодатели осознали, что нелепо думать об оплате труда только в терминах денег. Деньги могут обеспечить удовлетворение базовых потребностей. Однако когда это произойдёт, работника смогут мотивировать лишь потребности более высокого порядка – достоинство, уважение, принятие, честь и, на верхушке «пирамиды», самоактуализация, то есть максимальная реализация своих способностей.

Сегодня мир твердит нам, что следует быть продуктивными и добиваться амбициозных задач. К сожалению или к счастью, но Маслоу вам в этом не поможет. Его психология создана не для того, чтобы воспитать суперэффективного работника, который сможет без усталости выдавать креативные идеи и прибыль.

Единственная цель гуманистической теории – помочь че-

ловеку стать полноценным, здоровым и счастливым. Поэтому не стоит ожидать, что в книгах Маслоу вы найдёте советы, как повысить эффективность и больше заработать. Скорее вероятен обратный эффект – человек, который пойдёт по пути самоактуализации, станет больше созерцать и меньше действовать. Возможно, он не станет более продуктивным, зато *позволит себе быть*

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.