

**Психологія. 50 видатних книг.
Ваш путівник
найважливішими роботами
про мозок, особистість і
людську природу**

КУПИТИ

Про книгу

Якщо ви завжди хотіли знати більше про таку важливу галузь, як психологія, однак у вас ніколи не вистачало часу перечитати основні наукові праці, які формують найважливіші ідеї, — ця книга для вас. У кілька сотень сторінок автор умістив основні ідеї та концепції психології, викладені в 50 працях найвидатніших учених. Ви знайдете конспективний виклад творів як класиків, так і сучасних вчених, тож зможете досягнути розвитку психології як науки в розрізі історії. Ключові моменти книг відомих авторів, їх короткі біографії, «розкладені по поличках» концепції дадуть змогу ознайомитися з академічним курсом психології за досить короткий термін.

Вступ

У подорожі, що охопила 50 праць, сотні ідей та понад століття часу, книга «Психологія. 50 видатних книг» являє собою пошук відповідей на найважливіші питання, такі як: що нас мотивує, чому ми відчуваємося або поведимося так чи інакше, як працює наш мозок і як ми формуємо свою ідентичність. Ознайомившись із цією сферою, можна поглибити знання про себе, краще зрозуміти людську природу, покращити взаємини й підвищити власну ефективність — словом, суттєво змінити своє життя.

Книга «Психологія. 50 видатних книг» досліджує праці таких відомих постатей, як Фройд, Адлер, Юнг, Скіннер, Джеймс, Піаже й Павлов, а також сучасних мислителів, зокрема Селігмана, Канемана, Двек і Гілберта. До кожного твору є коментар, в якому виокремлено головну думку та вказано ідеї, людей та рухи, які створили передумови для його написання.

До списку увійшли старіші найменування, про які потрібно знати, навіть якщо ви їх не читатимете, а також новіші, дуже практичні праці, в яких враховано недавні наукові відкриття. У центрі уваги перебувають книги із «психології для нефахівців», які може прочитати й використовувати будь-хто, або ті, які свідомо писалися для ширшої аудиторії. Окрім психологів, серед авторів є неврологи, психіатри, біологи, експерти з комунікацій та журналісти, не кажучи вже про вантажника, фахівця із запобігання насильству та романіста. Оскільки таємниці людської поведінки такі важливі, що знання в цій галузі зібрані в окрему дисципліну, нам потрібне таке еклектичне поєднання голосів.

Ми не зосереджувалися на психіатрії, хоча у списку є праці таких психіатрів, як Олівер Сакс, Ерік Еріксон, Р.Д. Лені та Віктор Франкл, а також відомих психотерапевтів Карла Роджерса, Фріца Перлза й Мілтона Еріксона. Книга «Психологія. 50 видатних книг» не

заглиблює нас в аналіз проблем — насамперед вона покликана надати загальну інформацію про те, чому люди поводяться так, як вони поводяться.

Хоча до огляду включено окремі праці, пов'язані з несвідомим, на глибокому аналізі концепцій психіки і душі ми тут не зосереджуємося. Про деяких із найкращих популярних письменників у цьому жанрі, як-от Джеймс Гілман («Код душі» [The Soul's Code]), Томас Мур («Турбота про душу» [Care of the Soul]), Керол Пірсон («Герой у кожному з нас» [The Hero Within]) та Джозеф Кемпбелл («Сила міфів» [The Power of Myth]) ми розповідали у книгах «Саморозвиток. 50 видатних книг» і «Духовність. 50 видатних книг», присвячених здебільшого трансформаційній психології і психології духовності.

Перелік творів, що увійшли до книги «Психологія. 50 видатних книг», аж ніяк не вичерпний — це лише побіжне ознайомлення з головними постатями і творами. Кожна збірка такого типу своєрідна: ми не ставили собі за мету охопити всі галузі й підгалузі психології. Мета цієї книги — сформулювати уявлення про деякі найцікавіші психологічні питання та концепції, а також допомогти краще зрозуміти людську природу.

СТАНОВЛЕННЯ НАУКИ

Психологія — це наука про психічне життя.

Вільям Джеймс

Як сказав один із перших дослідників пам'яті Герман Еббінгхаус (1850-1909), «У психології довге минуле, але коротка історія». Він мав на увазі, що інтерес до думок, емоцій, інтелекту та поведінки людини існував упродовж тисячоліть, але психологія як дисципліна, заснована на фактах, а не припущеннях, зараз лише починає розвиватися. Хоча Еббінгхаус висловив цю думку сто років тому, психологія все ще вважається молодою наукою.

Вона виникла з двох інших дисциплін — фізіології та філософії. Німецького вченого Вільгельма Вундта (1832-1920) вважають батьком психології, тому що саме він наполіг на виділенні її в окрему дисципліну — більш емпіричну, ніж філософія, і більш зосереджену на психічній діяльності, ніж фізіологія. У 1870-ті роки він створив першу експериментальну психологічну лабораторію і написав ґрунтовну працю «Принципи фізіологічної психології» [Principles of Physiological Psychology].

Оскільки в наш час Вундта читає вузьке коло фахівців, ми не внесли його до списку класиків. Натомість книги американського філософа Вільяма Джеймса (1842-1910), якого теж відносять до «батьків-засновників» сучасної психології, залишаються популярними. Він був братом романіста Генрі Джеймса і навчався медицини, а відтак філософії. Та як і Вундт, Джеймс вважав, що психічні процеси заслуговують на окрему дисципліну. Розвиваючи теорію німецького нейроанатома Франца Галла про біологічну природу всіх думок і розумових процесів, він допоміг поширити важливу ідею: наше Я — всі наші сподівання, любов, прагнення і страхи — зосереджуються у м'якій сірій речовині всередині черепа. Сприйняття думок як продукту якоїсь глибшої сили, наприклад душі, на його погляд, є сферою метафізики.

Хоча Джеймс допоміг визначити параметри пси-хології, цікавою для широкої аудиторії її зробили саме праці Зигмунда Фрейда. Фрейд народився понад півтора століття тому, 1856 року; його батьки знали, що він розумний, але навіть вони не здогадувалися, який вплив його ідеї матимуть на світ. Закінчивши школу, він планував вивчати право, але в останній момент передумав і вступив на медичний факультет.

Досліджуючи анатомію мозку і працюючи з пацієнтами, які страждали від «істерії», він замислився про вплив несвідомого на поведінку, і так зародився його інтерес до снів. Зараз легко сприймати як належне те, що середньостатистична людина чимало знає про психологічні концепції, як-от его та несвідоме, але вони і багато інших були запропоновані Фрейдом — добре це чи погано. Чимало праць зі

списку «Психологія. 50 видатних творів» написані фрейдистами і пост-фрейдистами або ж тими, хто називає себе анти-фрейдистами. Зараз модно заявляти, що ідеї Фрейда ненаукові, а його твори — художній вимисел, а не справжня психологія. Хай там як, він однозначно є найпопулярнішим дослідником у цій галузі, і хоча психоаналіз — розмовна терапія, яку Фрейд розробив, щоб зазирнути в невідоме — зараз застосовується набагато рідше, найпоширенішою асоціацією з психологією й досі є образ віденського лікаря, який витягує зі свого пацієнта потаємні думки, поки той лежить на канапі.

WAR BOOKS
військова література

КУПИТИ