# मानवतावादी इतिहास को समझने से पहले हमें मनोविज्ञान की शुरुआत होने वाले प्रयोगात्मक मनोविज्ञान को जानना पड़ेगा ,क्योंकि मनोविज्ञान का इतिहास की शुरुआत संरचनावाद से हुई है अतः इस आलेख में मानवतावादी मनोविज्ञान तथा मानवतावादी मनोचिकित्सा के पहले हम मनोविज्ञान के इतिहास को इस प्रकार दोहराते हुए मानवतावादी मनोविज्ञान के गुण एवं दोष का वर्णन करेंगे I

# संरचनावाद (STRUCTURALISM)

# मनोविज्ञान को दर्शनशास्त्र से अलग करके क्रमबद्ध अध्ययन करने का श्रेय संरचनावाद को जाता है, जिसके प्रवर्तक [विलियम बुण्ट](https://hi.wikipedia.org/wiki/%E0%A4%B5%E0%A4%BF%E0%A4%B2%E0%A4%BF%E0%A4%AF%E0%A4%AE_%E0%A4%AC%E0%A5%81%E0%A4%A3%E0%A5%8D%E0%A4%9F) (1832-1920) तथा ई.बी. टिचनर (1867-1927) थे। इन्होनें अमेरिका के [कार्नेल विश्वविद्यालय](https://hi.wikipedia.org/w/index.php?title=%E0%A4%95%E0%A4%BE%E0%A4%B0%E0%A5%8D%E0%A4%A8%E0%A5%87%E0%A4%B2_%E0%A4%B5%E0%A4%BF%E0%A4%B6%E0%A5%8D%E0%A4%B5%E0%A4%B5%E0%A4%BF%E0%A4%A6%E0%A5%8D%E0%A4%AF%E0%A4%BE%E0%A4%B2%E0%A4%AF&action=edit&redlink=1) में इसकी शुरूआत की। बुण्ट ने 1879 में [लिपजिंग विश्वविद्यालय](https://hi.wikipedia.org/w/index.php?title=%E0%A4%B2%E0%A4%BF%E0%A4%AA%E0%A4%9C%E0%A4%BF%E0%A4%82%E0%A4%97_%E0%A4%B5%E0%A4%BF%E0%A4%B6%E0%A5%8D%E0%A4%B5%E0%A4%B5%E0%A4%BF%E0%A4%A6%E0%A5%8D%E0%A4%AF%E0%A4%BE%E0%A4%B2%E0%A4%AF&action=edit&redlink=1) में मनोविज्ञान की प्रथम [प्रयोगशाला](https://hi.wikipedia.org/wiki/%E0%A4%AA%E0%A5%8D%E0%A4%B0%E0%A4%AF%E0%A5%8B%E0%A4%97%E0%A4%B6%E0%A4%BE%E0%A4%B2%E0%A4%BE) की स्थापना की और मनोविज्ञान के स्वरूप को [प्रयोगात्मक](https://hi.wikipedia.org/wiki/%E0%A4%AA%E0%A5%8D%E0%A4%B0%E0%A4%AF%E0%A5%8B%E0%A4%97) बना दिया। बुण्ट ने मनोविज्ञान को चेतन अनुभूति का अध्ययन करने वाला माना, जिसे मूलतः दो तत्वों में विश्लेषित किया जा सकता था। वे दो तत्व थे- संवदेन तथा भाव। बुण्ट ने चेतन को वस्तुनिष्ठ (ऑब्जेक्टिव) तत्व बताया। बुण्ट का विचार था कि प्रत्येक भाव का अध्ययन तीन विभाओं में अवस्थित किया जा सकता है- उत्तेजना-शांत, तनाव-शिथिलन तथा सुखद-दुःखद। इसे भाव का त्रिविमीय सिद्धान्त कहा गया।

# प्रकार्यवाद (FUNCTIONALISM)

# प्रकार्यवाद में मुख्यतः दो बातों पर प्रकाश डाला- व्यक्ति क्या करते है? तथा व्यक्ति क्यों कोई व्यवहार करते है? वुडवर्थ (1948) के अनुसार इन दोनों प्रश्नों का उत्तर ढूढ़ने वाले मनोविज्ञान को प्रकार्यवाद कहा जाता है। प्रकार्यवाद में [चेतना](https://hi.wikipedia.org/wiki/%E0%A4%9A%E0%A5%87%E0%A4%A4%E0%A4%A8%E0%A4%BE) को उसके विभिन्न तत्वों के रूप में विश्लेषण करने पर बल नहीं डाला जाता बल्कि इसमें मानसिक क्रिया या अनुकूल व्यवहार के अध्ययन को महत्व दिया जाता है। अनुकूल व्यवहार में मूलतः प्रत्यक्षण स्मृति, भाव, निर्णय तथा इच्छा आदि का अध्ययन किया जाता है क्योंकि इन प्रक्रियाओं द्वारा व्यक्ति को वातावरण में समायोजन में मदद मिलती है। प्रकार्यवादियों ने साहचर्य के नियमों जैसे [समानता का नियम](https://hi.wikipedia.org/w/index.php?title=%E0%A4%B8%E0%A4%AE%E0%A4%BE%E0%A4%A8%E0%A4%A4%E0%A4%BE_%E0%A4%95%E0%A4%BE_%E0%A4%A8%E0%A4%BF%E0%A4%AF%E0%A4%AE&action=edit&redlink=1), [समीपता का नियम](https://hi.wikipedia.org/w/index.php?title=%E0%A4%B8%E0%A4%AE%E0%A5%80%E0%A4%AA%E0%A4%A4%E0%A4%BE_%E0%A4%95%E0%A4%BE_%E0%A4%A8%E0%A4%BF%E0%A4%AF%E0%A4%AE&action=edit&redlink=1) तथा [बारंबारता का नियम](https://hi.wikipedia.org/w/index.php?title=%E0%A4%AC%E0%A4%BE%E0%A4%B0%E0%A4%82%E0%A4%AC%E0%A4%BE%E0%A4%B0%E0%A4%A4%E0%A4%BE_%E0%A4%95%E0%A4%BE_%E0%A4%A8%E0%A4%BF%E0%A4%AF%E0%A4%AE&action=edit&redlink=1) प्रतिपादित किया जो सीखने में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका बनाता है

# व्यवहारवाद (BEHAVIOURISM)

# व्यवहारवाद के अनुसार [मनोविज्ञान](https://hi.wikipedia.org/wiki/%E0%A4%AE%E0%A4%A8%E0%A5%8B%E0%A4%B5%E0%A4%BF%E0%A4%9C%E0%A5%8D%E0%A4%9E%E0%A4%BE%E0%A4%A8) केवल तभी सच्ची वैज्ञानिकता का वाहक हो सकता है जब वह अपने अध्ययन का आधार व्यक्ति की मांसपेशीय और ग्रंथिमूलक अनुक्रियाओं को बनाये। मनोविज्ञान में व्यवहारवाद (बिहेवियरिज़म) की शुरुआत बीसवीं सदी के पहले दशक में [जे.बी. वाटसन](https://hi.wikipedia.org/w/index.php?title=%E0%A4%9C%E0%A5%87.%E0%A4%AC%E0%A5%80._%E0%A4%B5%E0%A4%BE%E0%A4%9F%E0%A4%B8%E0%A4%A8&action=edit&redlink=1) द्वारा 1913 में [जॉन हॉपीकन्स विश्वविद्यालय](https://hi.wikipedia.org/w/index.php?title=%E0%A4%9C%E0%A5%89%E0%A4%A8%E0%A5%8D%E0%A4%B8_%E0%A4%B9%E0%A5%89%E0%A4%AA%E0%A5%8D%E0%A4%95%E0%A4%BF%E0%A4%82%E0%A4%B8_%E0%A4%B5%E0%A4%BF%E0%A4%B6%E0%A5%8D%E0%A4%B5%E0%A4%B5%E0%A4%BF%E0%A4%A6%E0%A5%8D%E0%A4%AF%E0%A4%BE%E0%A4%B2%E0%A4%AF&action=edit&redlink=1) में की गयीI वाटसन के इस सूत्रीकरण के बाद व्यवहारवाद अमेरिकी मनोविज्ञान में प्रमुखता प्राप्त करता चला गया। एडवर्ड गुथरी, क्लार्क हुल और बी.एफ़. स्किनर ने व्यवहारवाद के सिद्धांत को अधिक परिष्कृत स्वरूप प्रदान किया। इन विद्वानों की प्रेरणा से मनोचिकित्सकों ने व्यवहारमूलक थेरेपी की विभिन्न तकनीकें विकसित कीं ताकि मनोरोगियों को तरह-तरह की भूतों और उन्मादों से छुटकारा दिलाया जा सके।

# गेस्टाल्ट (GESTALT)

# गेस्टाल्ट मनोविज्ञान (Gestalt psychology) की स्थापना [जर्मनी](https://hi.wikipedia.org/wiki/%E0%A4%9C%E0%A4%B0%E0%A5%8D%E0%A4%AE%E0%A4%A8%E0%A5%80) में [मैक्स बरदाईमर](https://hi.wikipedia.org/w/index.php?title=%E0%A4%AE%E0%A5%88%E0%A4%95%E0%A5%8D%E0%A4%B8_%E0%A4%AC%E0%A4%B0%E0%A4%A6%E0%A4%BE%E0%A4%88%E0%A4%AE%E0%A4%B0&action=edit&redlink=1) (Max Wertheimer) द्वारा 1912 ई0 में की गयी। इस सम्प्रदाय (स्कूल) के विकास में दो अन्य मनोवैज्ञानिकों, [कर्ट कौफ्का](https://hi.wikipedia.org/w/index.php?title=%E0%A4%95%E0%A4%B0%E0%A5%8D%E0%A4%9F_%E0%A4%95%E0%A5%8C%E0%A4%AB%E0%A5%8D%E0%A4%95%E0%A4%BE&action=edit&redlink=1) (1887-1941) तथा ओल्फगैंग कोहलर (1887-1967) ने भी महत्वपूर्ण भूमिका निभायी। इस स्कूल की स्थापना वुण्ट व टिचनर की आणुविक विचारधारा के विरोध में हुआ था। इस सम्प्रदाय का मुख्य बल [व्यवहार](https://hi.wikipedia.org/wiki/%E0%A4%B5%E0%A5%8D%E0%A4%AF%E0%A4%B5%E0%A4%B9%E0%A4%BE%E0%A4%B0) में सम्पूर्णता के अध्ययन पर है।

**मनोविश्लेषण (FREUDIANS)**

**मनोविश्लेषण** (Psychoanalysis), [आस्ट्रिया](https://hi.wikipedia.org/wiki/%E0%A4%91%E0%A4%B8%E0%A5%8D%E0%A4%9F%E0%A5%8D%E0%A4%B0%E0%A4%BF%E0%A4%AF%E0%A4%BE) के मनोवैज्ञानिक [सिग्मंड फ्रायड](https://hi.wikipedia.org/wiki/%E0%A4%B8%E0%A4%BF%E0%A4%97%E0%A5%8D%E0%A4%AE%E0%A4%82%E0%A4%A1_%E0%A4%AB%E0%A5%8D%E0%A4%B0%E0%A4%BE%E0%A4%AF%E0%A4%A1) द्वारा विकसित कुछ मनोवैज्ञानिक विचारों (उपायों) का समुच्चय है जिसमें कुछ अन्य मनोवैज्ञानिकों ने भी आगे योगदान किया। मनोविश्लेषण मुख्यत: मानव के मानसिक क्रियाओं एवं व्यवहारों के अध्ययन से सम्बन्धित है किन्तु इसे समाजों के ऊपर भी लागू किया जा सकता है।

मनोविश्लेषण के तीन उपयोग हैं:

1. यह [मस्तिष्क](https://hi.wikipedia.org/wiki/%E0%A4%AE%E0%A4%B8%E0%A5%8D%E0%A4%A4%E0%A4%BF%E0%A4%B7%E0%A5%8D%E0%A4%95) की परीक्षा की विधि प्रदान करता है;
2. यह [मानव व्यवहार](https://hi.wikipedia.org/w/index.php?title=%E0%A4%AE%E0%A4%BE%E0%A4%A8%E0%A4%B5_%E0%A4%B5%E0%A5%8D%E0%A4%AF%E0%A4%B5%E0%A4%B9%E0%A4%BE%E0%A4%B0&action=edit&redlink=1) से सम्बन्धित सिद्धान्तों का क्रमबद्ध समूह प्रदान करता है; तथा
3. यह मनोवैज्ञानिक या भावनात्मक रोगों की चिकित्सा के लिये उपाय सुझाता है

नवीन-**फ्रायडियन (NEW-FREUDIANS)**

फ्रायड ने कई अनुयायियों को आकर्षित किया जिन्होंने व्यक्तित्व के बारे में नए सिद्धांत बनाने के लिए अपने विचारों को संशोधित किया। नव-फ्रायडियंस के रूप में संदर्भित इन सिद्धांतकारों ने आम तौर पर फ्रायड के साथ सहमति व्यक्त की कि बचपन के अनुभव मायने रखते हैं, लेकिन सामाजिक वातावरण और व्यक्तित्व पर संस्कृति के प्रभावों पर अधिक ध्यान केंद्रित करते हुए सेक्स पर जोर दिया। चार उल्लेखनीय नव-फ्रायडियंस में अल्फ्रेड एडलर, एरिक एरिकसन, कार्ल जंग और करेन हॉर्नी शामिल हैं।

मानवतावादी मनोविज्ञान

इस मनोवैज्ञानिक वर्तमान के पहले संदर्भों में से एक कार्ल रोजर्स थे, जो **मानवतावादी** दृष्टिकोण के रचनाकारों में से एक थे। यह वर्तमान जो समग्र है वह कुछ प्रसिद्ध अध्ययन अब्राहम मास्लो के विचारों को उठाता है। **मानवतावादी मनोविज्ञान** (Humanistic psychology) एक मनोवैज्ञानिक दृष्टिकोण है २०वीं शताब्दी के मध्य में प्रसिद्ध हुआ। यह सिद्धान्त [सिग्मुंड फ़्रोइड](https://hi.wikipedia.org/wiki/%E0%A4%B8%E0%A4%BF%E0%A4%97%E0%A5%8D%E0%A4%AE%E0%A4%82%E0%A4%A1_%E0%A4%AB%E0%A5%8D%E0%A4%B0%E0%A4%BE%E0%A4%AF%E0%A4%A1) के [मनोविश्लेषण](https://hi.wikipedia.org/wiki/%E0%A4%AE%E0%A4%A8%E0%A5%8B%E0%A4%B5%E0%A4%BF%E0%A4%B6%E0%A5%8D%E0%A4%B2%E0%A5%87%E0%A4%B7%E0%A4%A3) सिद्धान्त तथा बी एफ स्किनर के [व्यवहारवाद](https://hi.wikipedia.org/wiki/%E0%A4%B5%E0%A5%8D%E0%A4%AF%E0%A4%B5%E0%A4%B9%E0%A4%BE%E0%A4%B0%E0%A4%B5%E0%A4%BE%E0%A4%A6) के जवाब में सामने आया। मानवतावादी सिद्धान्त की व्याख्या अन्य सिद्धान्तों से बिल्कुल ही भिन्न प्रकार से की गई है। इस सिद्धान्त में विशेष रूप से यह माना जाता है कि व्यक्ति मूल रूप में अच्छा एवं आदरणीय होता है और यदि उसकी परिवेशीय दशाएं अनुकूल हों तो वह अपने शीलगुणों (ट्रेट्स) का सकारात्मक विकास करता है। यह सिद्धान्त वैयक्तिक विकास, स्व का परिमार्जन, अभिवृद्धि, व्यक्ति के मूल्यों एवं अर्थों की व्याख्या करता है। इस सिद्धान्त के प्रतिपादक [अब्राहम मास्लो](https://hi.wikipedia.org/wiki/%E0%A4%85%E0%A4%AC%E0%A5%8D%E0%A4%B0%E0%A4%BE%E0%A4%B9%E0%A4%AE_%E0%A4%AE%E0%A4%BE%E0%A4%B8%E0%A5%8D%E0%A4%B2%E0%A5%8B) थे

मानवतावादी मनोचिकित्सा के गुण और अवगुण

**मानवतावादी मनोचिकित्सा (Humanistic psychotherapy)**

मानवतावादी मनोचिकित्सा मानवतावादी मनोविज्ञान में स्थापित मानसिक स्वास्थ्य उपचार प्रक्रिया है। यह मनोचिकित्सा शैली आत्म-जागरूकता के महत्व को स्वीकार करती है। मूल आधार यह है कि यदि कोई व्यक्ति दुनिया में अपना या अपना मूल्य नहीं देखता है तो वह उत्पादक व्यक्ति नहीं हो सकता है। किसी के मूल्य को समझना जीवन के शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक पहलुओं से संबंधित है। सफलता के लिए किसी की क्षमता और लक्ष्य निर्धारित करना भी मानवतावादी मनोचिकित्सा के घटक हैं।

अतीत किसी के जीवन को आकार देने का एक तत्व है, मानवतावादी मनोचिकित्सा वर्तमान और भविष्य पर भी ध्यान केंद्रित करता है। ग्राहक अपने जीवन पर नियंत्रण प्राप्त करने की दिशा में काम करता है। इसके अलावा, अतीत के विकल्पों की परीक्षा और भविष्य में अधिक सकारात्मक विकल्प बनाने के लिए सीखना चिकित्सीय प्रक्रिया का हिस्सा है। मानवतावादी मनोचिकित्सा ग्राहक को जीवन में मुखर होने और दूसरों के साथ भावनाओं को साझा करने के लिए प्रोत्साहित करती है।

मानवतावादी मनोचिकित्सा की जड़ें 1950 के दशक से व्यवहार और भावनात्मक मान्यताओं में स्थापित हैं। चिकित्सा के प्रारंभिक अग्रदूतों का मानना ​​था कि व्यक्ति व्यक्तिगत विकास की लालसा रखते हैं। इसके अलावा, वे समाज की बुनियादी अच्छाई में विश्वास करते थे। इन मान्यताओं को ध्यान में रखते हुए, एक चिकित्सीय पद्धति को व्यक्तिगत विकास और आत्म-जागरूकता को गले लगाने के लिए डिज़ाइन किया गया था।

अस्तित्ववादी केंद्रित और मानवतावादी प्रथाओं सहित कई मनोविज्ञान सिद्धांत, मानवतावादी मनोचिकित्सा के लिए संयुक्त हैं।

रोजमर्रा के जीवन के तनाव से निपटने के लिए सीखना चिकित्सा की सफलता के लिए एक महत्वपूर्ण घटक है। मानवतावादी मनोविज्ञान के अनुसार चुनौतियों को विकास के अवसरों में बदलने की क्षमता रोगी को सशक्त बनाती है।

मानवतावादी चिकित्सा पद्धति का आधार ग्राहक पर एक एकाग्रता है।

**व्यक्ति-केंद्रित चिकित्सा** ( **PERSON CENTRED THERAPY**)दूसरों को या जीवन के भविष्य के परिणाम के लिए अतीत को दोष देने के प्रलोभन को हटा देती है। ग्राहक को यह महसूस करने के लिए निर्देशित किया जाता है कि परिवर्तन उसके या उसके कब्जे में है, यदि केवल वह इसे लेगा। लक्ष्य निर्धारित करना, कदमों को पूरा करना और सफलता की ओर बढ़ना मानवतावादी चिकित्सा के मूल मूल्य हैं।

मानवतावादी चिकित्सा सत्रों के दौरान( During therapy) चिकित्सक ग्राहक को सुझाव नहीं देता है। इसके बजाय, क्लाइंट चिकित्सक को एक साउंडिंग बोर्ड के रूप में उपयोग करता है जबकि ग्राहक अपने समाधानों को विकसित करता है।

विश्वास यह है कि एक ग्राहक को जो कुछ भी वह या वह चाहता है पर चर्चा करने की अनुमति देता है वह अंततः वास्तविक मुद्दों और लक्ष्य समाधानों पर शून्य होगा।

आत्म-खोज इस प्रक्रिया का हिस्सा है।

ग्राहक समस्याओं पर चर्चा करना सीखता है और भविष्य में चिकित्सा के बिना समाधानों की पहचान करता है।

उद्देश्य आत्म-विश्लेषण (Self Analysis) मानवतावादी मनोचिकित्सा का एक और लक्ष्य है। समस्याओं की पहचान करना और प्रभावी समाधान चिकित्सा सत्रों के लिए अंतिम लक्ष्य हैं। इसके अलावा, दूसरों को आंकने की प्रवृत्ति को दूर करते हुए एक ही समय में स्वयं के जीवन पर ध्यान केंद्रित करने से ग्राहक को उसकी उत्पादक ऊर्जा को पुनर्निर्देशित करने में मदद मिलती है।

मानवतावादी मनोचिकित्सा के गुण

मानवतावादी दृष्टिकोण ने मनोविज्ञान के क्षेत्र में कई महत्वपूर्ण योगदान दिए हैं।

इसने मानव स्वभाव को समझने के लिए एक नया दृष्टिकोण प्रस्तुत किया, मानव व्यवहार अध्ययनों में डेटा संग्रह के नए तरीके और मनोचिकित्सा तकनीकों की एक विस्तृत श्रृंखला को प्रभावी दिखाया गया है।

मानवतावादी आंदोलन से उभरी कुछ प्रमुख अवधारणाओं और विचारों में शामिल हैं:

ज़रूरतों का क्रम( hierarchy of needs)

व्यक्ति केंद्रित चिकित्सा (person centered therapy)

बिना शर्त सकारात्मक संबंध( unconditional positive regard)

मुक्त इच्छा ( free will)

स्व अवधारणा ( self concept)

आत्म-शिखर अनुभव (self-peak experience)

पूरी तरह से काम करने वाला व्यक्ति (fully functioning person)

मानवतावाद ने चिकित्सा के कई समकालीन तरीकों को प्रेरित किया है, और अधिकांश चिकित्सक बिना शर्त सकारात्मक संबंध जैसे रोजेरियन सिद्धांतों को महत्व देते हैं, भले ही वे खुद को मानवतावादी दृष्टिकोण के समर्थकों के रूप में नहीं पहचानते।

यह मूल्य-उन्मुख दृष्टिकोण मनुष्यों को स्वतंत्रता, जागरूकता और जीवन-पुष्टि भावनाओं की एक बढ़ी हुई भावना प्राप्त करने के लिए अपने रचनात्मक विकल्पों और बातचीत को अधिकतम करने के लिए स्वाभाविक रूप से प्रेरित के रूप में देखता है, और चिकित्सक और चिकित्सा में व्यक्ति चिकित्सकीय लक्ष्यों को निर्धारित करने के लिए सहयोग करते हैं और स्थापित मील के पत्थर तक पहुँचने के लिए काम करें जो सकारात्मक बदलाव को बढ़ावा देने में मदद कर सकते हैं।

आत्म-साक्षात्कार को अक्सर इस दृष्टिकोण का केंद्र माना जाता है।

मानवतावादी मनोविज्ञान मनुष्य के अंतर्निहित मूल्य पर जोर देता है और आत्म-सम्मान और क्षमता में वृद्धि करते हुए गरिमा बनाए रखने की उनकी क्षमता और इच्छा पर ध्यान केंद्रित करता है। यह मूल्य अभिविन्यास विभिन्न अन्य चिकित्सा मॉडल के निर्माण के लिए जिम्मेदार माना जाता है जो किसी के जीवन के अनुभव को अधिकतम करने के उद्देश्य से पारस्परिक कौशल का उपयोग करते हैं।

**मानवतावादी मनोचिकित्सा के अवगुण**

व्यक्तियों के व्यक्तिपरक अनुभवों पर मानवतावाद की निर्भरता मानवतावादी चर और विशेषताओं को निष्पक्ष रूप से मापना, रिकॉर्ड करना और उनका अध्ययन करना मुश्किल बना सकती है।

गुणात्मक डेटा एकत्र करने पर जोर चिकित्सा में किए गए किसी भी अवलोकन को मापना और सत्यापित करना लगभग असंभव बनाता है। न केवल गुणात्मक डेटा के एक सेट की दूसरे के साथ तुलना करना चुनौतीपूर्ण हो सकता है,

मात्रात्मक डेटा की समग्र कमी का मतलब है कि प्रमुख सिद्धांतों को अनुभवजन्य साक्ष्य द्वारा समर्थित नहीं किया जा सकता है।

अन्य आलोचनाओं में गंभीर मानसिक स्वास्थ्य मुद्दों और मानव प्रकृति के बारे में किए गए सामान्यीकरणों के साथ-साथ कुछ महत्वपूर्ण व्यवहारवादी और मनोविश्लेषणात्मक अवधारणाओं की पूर्ण अस्वीकृति के उपचार में प्रभावशीलता की कमी शामिल है।

मानवतावादी मनोविज्ञान यह मानता है कि मानव व्यवहार के अध्ययन में जानवरों का अध्ययन बेकार है, कुछ जानवरों के अध्ययन ने उन अवधारणाओं को जन्म दिया है जो लोगों पर लागू होती हैं।

मानवतावादी मनोविज्ञान विशेष रूप से स्वतंत्र इच्छा और चेतन मन पर केंद्रित है, लेकिन शोध से पता चलता है कि अचेतन मन मानव मनोविज्ञान में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

समाप्त