

Carl Gustav Jung személyiségelmélete

Ő vezette be a *szabad asszociációs módszert* a pszichoanalízisbe. Nem fogadta el Freud azon nézetét, hogy a libidó minden emberi cselekvés hajtóereje, helyette azt minőség-semleges, általános energiának tartotta.

A tudattalant két részre osztotta: *személyes* (egyszerű elfelejtések és elfojtások) és *kollektív tudattalanra* (veleszületett ösztönök és archetípusok). Elmélete szerint örökletesen rendelkezünk ősmintákkal (*archetípus – ősminta*), melyek egyetemesek, konkrét tartalmuk nincs, hanem egyfajta formai keretet jelentenek, amelyet mindenkinél a tudatos tapasztalati anyag tölt majd ki

Erősen foglalkoztatták az emberek közötti típusos különbségek, úgy gondolta, hogy ezek háttérben a tudat beállítódásának különbségei állnak. A tudat általános beállítódása kétféle lehet: ha kifelé, tárgyakra irányul *extraverzió*nak, ha befelé irányul, *introverzió*nak nevezzük.

A külvilági tényekkel foglalkozó *tudatnak négy funkciója* van: *érzékelés, gondolkodás, érzés és intuíció*, melyek ellentétesen működnek egymáshoz képest. Minden embernek megvan az erős oldala, de nehézségei vannak az ellenpólus szerinti megértéssel. Az emberek közötti vonzódásokat és ellentéteket is ezzel magyarázta. Arra a következtetésre jutott, hogy a lelki működés célja az emberben potenciálisan létező teljesség és egység megvalósítása: az egyoldalúan működtetett tudati funkciók átcsapnak az ellenkező pólusba, vagyis az ellentétes pólus is jelen van mindenkiben már a kezdetektől fogva, csak a tudattalanban tartózkodik. Ha bekövetkezik az átcsapás, utána fokozatok kiegyenlítődéss jön létre, mert a személy megtanulja uralni a tudattalan ellentétes tendenciáit is. Ezt a folyamatot segíti elő a *Jung-féle pszichoterápia*.

A lelket, mint önszabályozó rendszert tekinti, ahol a működés hajtóerőit az ellentétek adják. Az egyes személyiségrészek kialakulását is az ellentét-integráció archetípusokra alkalmazott fogalmaiban magyarázza: az *Én* tudattalan párja az *Árnyék*, a nők ellentétes nemű személyiségrésze az *animusz* (a férfiaké az *anima*). A fejlődés lényege az emberben rejlő ellentétek fokozatos feldolgozása, a belső egység megteremtése. Az egység megteremtésének a vezérlője a *Selbst*, az archetipikus önvalónk.

Önmagunk megvalósításához speciális életfeladatot kell teljesítenünk: ki kell építenünk a tudatos *Ént* és a *perszónát*, eközben kialakul *árnyékszemélyiségünk* is, melyet folyamatosan integrálnunk és tudatosítanunk kell. Ezalatt dolgoznunk kell az életkornak megfelelő archetípusok életre hívásán is. Csak egyetlen konkrét életkorhoz kötött fejlődési jelenség van, az *életközépi válság* (szerinte az emberi életutat úgy kell elképzelni, mint a Nap pályáját). Ezt a válságot nem szabadna hanyatlásként átélni, hanem a korábbi kifelé terjeszkedésről a befelé irányulásra kéne váltani, 40 éves kor körül fel kell ismerni, hogy már más az egyén életfeladata mint azelőtt (az ember két célja a természetes cél - utódnemzés, és a kulturális cél). Életünk második szakaszában kollektív tudattalanunkat kellene birtokba venni, és így haladni a bölcsesség felé, de a mai modern korban a kívánatos cél az örökifjúság, és sokakat az vezet a merevséghez, hogy képtelenek elszakadni fiatalkori emlékeiktől, akkori önmaguktól, míg a másik hiba az, ha görcsösen próbálunk fiatalnak látszani. Mivel mindkét helyzet természetellenes, lelkünk fellázad és krízisbe sodor.

Tanításainak hatása leginkább a *humanisztikus pszichológiában* érzékelhető.