

Комплекс Ионы (от лат. *complexus* — связь, сочетание, Иона — персонажа Библии) — в гуманистической психологии А. Маслоу, бессознательные тревога и страх перед самоусовершенствованием и развитием своих способностей, обуславливающие снижение уровня притязаний, препятствующие личностному росту и уменьшающие шансы самоактуализации человека и достижения успеха. Отказ от попыток полной реализации своих способностей дестабилизирует личность и зачастую является причиной возникновения невроза.

По А. Маслоу, К. И. обуславливает также негативное и даже враждебное отношение человека к «великим людям», т. е. людям, добившимся значительного успеха, известности и славы в той или иной сфере деятельности.

Название комплекса связано с мифологическим сюжетом об эпизодах жизни ветхозаветного пророка Ионы, которому бог (Яхве) повелел проповедовать. Но Иона проигнорировал это поручение и сбежал. Он сел на корабль, но во время плавания бог поднял бурю и матросы выбросили его за борт.

По велению бога большая рыба (по одной из версий — кит) проглотила его, и он провёл в её чреве три дня и три ночи. Вняв мольбам Ионы, бог приказал рыбе извергнуть его на сушу и повелел идти в Ниневию и пророчествовать. Успешные проповеди Ионы привели к покаянию ниневийцев, и бог пощадил город. Предполагавший насладиться зрелищем божественного возмездия, разочарованный Иона стал молить бога о ниспослании ему смерти.

В. И. Овчаренко