



МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ И СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ВОЛГОГРАДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ И
КЛИНИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ
КАФЕДРА ОБЩЕЙ И КЛИНИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ

**М.Е. Волчанский, В.В. Деларю,
В.В. Болучевская, О.С. Золотарёва**

ПСИХОЛОГИЯ И ПЕДАГОГИКА

**учебно-методическое пособие
для студентов медицинских вузов**

*Рекомендовано Учебно-методическим объединением по
медицинскому и фармацевтическому образованию вузов России в качестве
учебного пособия для студентов медицинских и фармацевтических вузов,
обучающихся по специальности 06011 (040100) «Лечебное дело»,
060103 (040200) «Педиатрия», 060104 (040300) «Медико-профилактическое дело»,
060105 (040400) «Стоматология», 060108 (040500) «Фармация»*

Авторы:

зав.кафедрой общей и клинической психологии ВолГМУ,
доктор социологических наук *М.Е. Волчанский* (темы 1, 2, 6),
профессор каф. общей и клинической психологии,
доктор социологических наук *В.В. Деларю* (темы 5, 9),
доцент кафедры общей и клинической психологии,
кандидат психологических наук *В.В. Болучевская* (темы 7, 8),
преподаватель кафедры общей и клинической психологии,
кандидат психологических наук *О.С. Золотарёва* (темы 3, 4)

Рецензенты:

зав. кафедрой философии, гуманитарных наук и психологии
Саратовского государственного медицинского университета,
доктор социологических наук *Е.А. Андриянова*,
зав. кафедрой медицинской психологии и педагогики
Астраханской государственной медицинской академии,
кандидат медицинских наук, доцент *Л.А. Костина*

*Печатается по решению центрального методического совета
Волгоградского государственного медицинского университета*

Психология и педагогика: учебно-методическое пособие для студентов медицинских и фармацевтических вузов / М.Е. Волчанский, В.В. Деларю, В.В. Болучевская, О.С. Золотарёва. – 2-е изд., доп. и перераб. – Волгоград: Изд-во ВолГМУ, 2009. – 118 с.

Учебно-методическое пособие составлено на основании требований Государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования к программе дисциплины «Психология и педагогика» для студентов медицинских и фармацевтических вузов, обучающихся по специальности 06011 (040100) «Лечебное дело», 060103 (040200) «Педиатрия», 060104 (040300) «Медико-профилактическое дело», 060105 (040400) «Стоматология», 060108 (040500) «Фармация». Материалы пособия содержат основные теоретические положения и категориальный аппарат тем дисциплины «Психология и педагогика», список рекомендуемой литературы для подготовки к занятиям, тестовые методики для практических заданий.

ISBN

© Коллектив авторов, 2010
© Волгоградский государственный
медицинский университет, 2010

ОГЛАВЛЕНИЕ

ТЕМА 1. Введение в психологию как науку. Предметная область психологии	5
1.1. Критерии определения психологии как науки	5
1.2. Объект и предмет психологии	6
1.3. Отрасли психологии.....	8
1.4. Общее представление о методах психологии	9
1.5. Психодиагностика в медицине	14
1.6. Применение психологических знаний в профессии врача	15
ТЕМА 2. Современные направления, проблемы и понятия психологии	19
2.1. Формирование психологии как самостоятельной науки	19
2.2. Наиболее известные психологические концепции XX века.....	20
2.3. Вклад отечественных ученых в психологическую науку	24
2.4. Определение понятия «психика».....	25
2.5. Структура психики в традициях отечественной психологии	29
2.6. Феноменология сознания	32
ТЕМА 3. Индивидуальные особенности человека как субъекта деятельности ...	37
3.1. Психологическая характеристика личности	37
3.2. Понятие о темпераменте и его типы	38
3.3. Краткий обзор учений о темпераменте.....	39
3.4. Темперамент как врожденный тип психической саморегуляции	40
3.5. Понятие о характере, формирование характера.....	42
3.6. Акцентуации характера, психологическая характеристика	44
3.7. Классификация черт характера.....	45
3.8. Индивидуально-типологическая структура личности в отечественной психологии.....	46
3.9. Психологическая характеристика способностей	47
ТЕМА 4. Воля. Мотивация. Деятельность	55
4.1. Понятие и строение человеческой деятельности.....	55
4.2. Виды и развитие человеческой деятельности	56
4.3. Роль трудовой деятельности в возникновении сознания.....	57
4.4. Основные признаки воли как психологического явления	58
4.5. Воля как характеристика сознания. Структура волевого действия	59
4.6. Волевые процессы и волевые качества личности.....	60
4.7. Мотив и мотивационная сфера	61
4.8. Психологические теории мотивации	64
ТЕМА 5. Познавательная сфера	72
5.1. Ощущения, их психологическая характеристика	72
5.2. Восприятие: свойства, особенности и виды	73
5.3. Свойства и виды внимания	74
5.4. Память: понятие, основные процессы памяти, виды и структура	75
5.5. Понятие воображения и его виды.....	76
5.6. Психологическая характеристика мышления	77
5.7. Психологическая характеристика речи.....	78
5.8. Интеллект. Структура интеллекта. Оценка интеллекта	79

ТЕМА 6. Эмоционально-чувственная сфера.....	81
6.1. Эмоциональные процессы и управление эмоциями.....	81
6.2. Классификации и виды эмоций	82
6.3. Теории эмоций.....	83
6.4. Основные характеристики и свойства эмоций.....	83
6.5. Стресс и фрустрация.....	84
6.6. Физиологические механизмы стресса.....	85
ТЕМА 7. Психология общения	87
7.1. Общая характеристика общения: понятие, функции, виды и структура	87
7.2. Общение как процесс коммуникации: передача информации и средства общения.....	89
7.3. Общение как процесс взаимодействия и взаимовлияния людей	91
7.4. Общение как восприятие людьми друг друга	94
ТЕМА 8. Психология групп	98
8.1. Понятие и разновидности групп.....	98
8.2. Психология малой группы	100
8.3. Социально-психологическое влияние людей друг на друга.....	103
ТЕМА 9. Основы педагогики. Медицинская педагогика	105
9.1. Педагогика, воспитание, обучение, научение – дифференциация понятий	105
9.2. Процесс научение – виды и механизмы у человека	105
9.3. Медицинская педагогика, общая характеристика	106
9.4. Основные принципы поведенческой терапии в процессе обучения	107
ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ	109
ОТВЕТЫ К ТЕСТОВЫМ ЗАДАНИЯМ	118

ТЕМА 1. Введение в психологию как науку.

Предметная область психологии

1.1. Критерии определения психологии как науки

Издавна человек, непосредственно общаясь с окружающим миром, в том числе с другими людьми, стал присматриваться к внешнему облику, к реакциям, движениям, действиям, поступкам, т.е. к поведению окружающих индивидов; и потребности практического взаимодействия с людьми привели к тому, что он стал связывать внешне видимое поведение с внутренними, неявными, скрытыми от наружного взора явлениями любого другого человека (индивида). Постепенно люди научились различать те явления, особый характер которых заключался в их принадлежности к внутреннему миру индивида, в отличие от любых других явлений, происходивших в окружающем его мире. Так постепенно сложилось представление об особом разряде феноменов, который стал именоваться «психическое», и задолго до того как психические процессы, состояния и свойства человека стали предметом научного анализа, они уже накапливались в житейском, обыденном психологическом знании людей друг о друге.

В то же время феномен «психическое» трудно поддаётся привычному для человеческого сознания материальному или причинно-следственному описанию, он не сводим к биологическим или физиологическим процессам или явлениям. Известно, что биологически обусловленные компоненты психики имеются и у животных (чувственные образы окружающей среды, побудительные причины активности, реализуемая по большей части через систему инстинктов, зачатки мышления и т.п.), но общая организация человеческой психики качественно отлична от биологических форм. Если бы любые психические явления и процессы были бы приравнены, например, к характеристикам нервных импульсов, протекающих в головном мозге или к активности гормонов в жидкостной среде живого организма, то целый ряд высокоразвитых животных благодаря этому схожему с человеческим нейрогуморальному механизму мог бы строить дома, писать книги, создавать картины, общаться, любить, сознательно идти на смерть во имя идеи или счастья своих близких, трудиться и создавать всё то, что способен создавать человек. Реальность показывает, что всего этого они не делают и не могут делать. Поэтому все компоненты внутренней и внешней программы поведения человека реализуются не по физиологическим, а по психологическим законам, и именно поэтому психика является объектом изучения не физиологии, а психологии.

При характеристике любой науки необходимо разъяснить её теоретические основания, предмет изучения, показать исследовательские возможности, практические приложения полученных результатов. Любой курс лекций по основам какой-либо науки начинается обычно с определения её предмета. Но по отношению к психологической науке дать такое определение крайне сложно. Во-первых, предмет психологии – самый трудный из всего, что есть в мире, наименее поддающийся изучению; способ его познания должен быть полон особых ухищрений и предосторожностей, чтобы дать то, чего от него ждут. Во-вторых, психология как наука развивается в условиях крайнего плюрализма разных точек зрения и мнений по поводу решения самых фундаментальных вопросов, в том числе проблемы предмета психологии.

Как правило, знакомство с психологическим знанием начинается с анализа самого термина «психология». Этот термин, образованный от греческих слов ψυχή (лат. *psyche*) – душа, психика и λόγος (лат. *logos*) – знание, осмысление, изучение.

По смыслу слово «психология» многозначно. Так, в первом, дословном и в очень примитивном, толком ничего не поясняющем, значении психология – это знание о психике, наука, изучающая её. В этом смысле область психологического как знание о психике широка и многообразна: это и отражение простейшими животными тех отдельных свойств окружающей среды, которые оказываются значимыми для поиска жизненно важных веществ, и сознательные представления сложных связей природного и социального мира, в котором живёт и действует человек.

Во втором, наиболее распространённом значении, слово «психология» относят к самой психической, «душевной» жизни, выделяя тем самым особую реальность – психическую реальность. В обыденном значении слово «психология» используется для характеристики психического склада личности, особенностей того или иного человека, группы людей: «у него (у них) такая психология». Если свойства психики, сознания, психические процессы обычно характеризуют человека вообще, то особенности психологии – конкретного индивида. Психология здесь проявляется как совокупность типичных для человека (или групп людей) способов поведения, общения, познания окружающего мира, убеждений и предпочтений, черт характера. Так, подчёркивая различия людей того или иного возраста, профессиональной, половой принадлежности, говорят, например, о психологии школьника, студента, рабочего и учёного, женской психологии и т.п.

В дальнейшем мы будем подразумевать слово «психология» в одном значении – в том, которое зафиксировано в его этимологии: психология – учение о психике, душе.

Таким образом, общей задачей психологии является изучение как психики индивида, так и его психологии.

На этом основывается известное определение, согласно которому психология – это наука о психике. В целом правильно, хотя это тавтологичное определение является распространённым и ненаучным. Это – определение, которого психологи стыдятся.

С лингвистической точки зрения «душа» и «психика» – одно и то же. Однако с развитием культуры и особенно науки значения этих понятий разошлись. Точнее сказать, с установлением в нашем обществе марксистской парадигмы, лишённой традиционно сложившейся за тысячелетия идеалистической, религиозной составляющей человеческой культуры, в научной психологии понятие души заменили понятием психики, чтобы избежать противоречия в трактовке нематериальных «душевных» психических феноменов материалистической советской психологией. Сейчас смягчают подобные противоречия тем, что оговариваются в учебных пособиях условия применения специфических научных терминов: а именно, поскольку слово «душа» не является единственным в обозначении того, что человек стремится узнать о самом себе, в процессе уточнения предмета психологии встречаются и имеют равное хождение разная терминология одного и того же феномена «психическое» – душа, психическая реальность, внутренний мир человека, субъективный опыт. В современном общественном сознании слова «душа» и «психика» фактически являются синонимами, однако научная психология предпочитает использовать термин «психика», в то время как религиозные мыслители и некоторые философы говорят о «душе».

В последнее время всё чаще, говоря о предмете психологической науки, как бы очерчивают круг явлений, которые охватывает своим познанием психология, форм проявления психики, которые психология выделила и включила в круг своего рассмотрения.

1.2. Объект и предмет психологии

В связи с тем, что психология, как и любая другая наука, имеет дело с теоретическим отражением действительности, встает вопрос о том, какие явления считать областью компетенции психологии, а какие исключить из её проблемного поля. Безусловно, по самому своему определению, психология должна заниматься психическими явлениями. А какие явления можно отнести к области психических? Толкование психических явлений как особой формы активного субъективного отражения действительности логично описывать в соотношении со сферами реальности, отражением которых они являются.

Психика может отражать четыре своеобразных «мира»: физический мир, социальный мир, мир культуры и психологический мир самого субъекта. Эти «миры» могут быть отражены психикой в различных формах: в формах процессов *ощущения, восприятия, памяти, переживания, мышления, воображения*. Причем один и тот же объект может выступать для носителя психики как референт разных миров. Например, живописное полотно абстракцио-

ниста предстанет неподготовленному зрителю конфигурацией цветных пятен (физический мир), торговцу – товаром, обладающим определённой ценой (социальный мир), а ценителю искусства – источником эстетического наслаждения (мир культуры).

Психологические феномены существуют как в субъективных формах (т.е. осознаются и/или переживаются субъектом психической жизни), так и проявляются объективно во внешне регистрируемых изменениях ряда показателей (т.е. косвенно открываются наблюдателю). Предметом изучения может быть процессуальная и результативная стороны психологических явлений. Например, при процессуальном анализе мышления предметом изучения становится объективная и субъективная составляющая самой динамики решения задачи, а при анализе результатов – содержательные психологические характеристики гипотез, идеи, концепций, понятий, возникающих в ходе решения. Эмоциональный процесс может быть рассмотрен как динамическая смена внутренних душевных (субъективных) переживаний, сопровождающихся объективными показателями (дрожание рук, учащение дыхания, изменение мимики и т.д.), или же в центр исследования помещается его продукт – аффект, эмоция, чувство.

Предметом психологии человека являются: человек как субъект деятельности; системные качества его саморегуляции; закономерности становления и функционирования психики человека; способности человека отражать мир, познавать его и регулировать своё взаимодействие с ним. В предмет психологии как науки входит:

- ◆ накопление и изучение субъективных психических явлений, объективных фактов психической жизни, которые можно выражать и в количественной, и в качественной форме;
- ◆ описание и объяснение закономерностей, которым данные факты и явления психической жизни подчиняются; (закономерность отличается от закона меньшей точностью, строгостью и большей вероятностью).
- ◆ вскрытие и описание механизмов, по которым эти психические факты и явления можно объяснять.

Другой взгляд на объект и предмет с позиций так называемого «деятельностного подхода», принятого в отечественной психологии середины XX века в качестве единственной методологической базы в нашей стране, позиционирует объектом психологии как науки **деятельность**, т.е. ту реальностью, которая может и должна изучаться не только психологами, но и представителями других наук. Предметом психологии, по мнению представителей этого теоретического подхода, выступает психика как ориентировочная функция деятельности, функциональный орган деятельности, решающий задачи ориентировки в мире.

Мнение современных учёных, предпринимающих попытку определить предметную область психологии в новейшее время, звучит так: если **объект** психологии достаточно очевиден как в широком, так и в узком смысле, где *в широком* – это **человек**, группа людей, даже животное, наделённое психикой, а *в узком смысле* – это **психика** как свойство, то суждения о **предмете** до сих пор весьма противоречивы. Альтернативные парадигмы психологической науки одновременно и конкурируют, и плодотворно дополняют друг друга.

Учитывая, что «психология находится в особом положении потому, что в ней как бы сливаются объект и субъект познания», а также то, в каком соотношении находятся обычно объект и предмет научного познания, под **объектом психологии** следует понимать единство трёх элементов:

- часть материального мира, которая непосредственно и опосредствованно влияет на психику;
- те изменения в материальном мире, которые непосредственно и опосредствованно являются следствием психической активности;
- собственно психические явления, объясняемые сначала как следствие, а затем как причина фиксируемых материальных индикаторов, показателей, критериев оценки психики.

Такое понимание объекта психологии раскрывает большие возможности перед исследователями в формулировании и уточнении объектов различных отраслей психологии.

1.3. Отрасли психологии

Связь научной психологии с практикой характеризуется точностью постановки прикладных задач и методов их решения. Как правило, такие задачи порождались трудностями, возникающими во внепсихологических областях, а их устранение выходило за пределы компетенции соответствующих специалистов. Заметим также, что прикладные отрасли могли появляться независимо от становления общепсихологической науки.

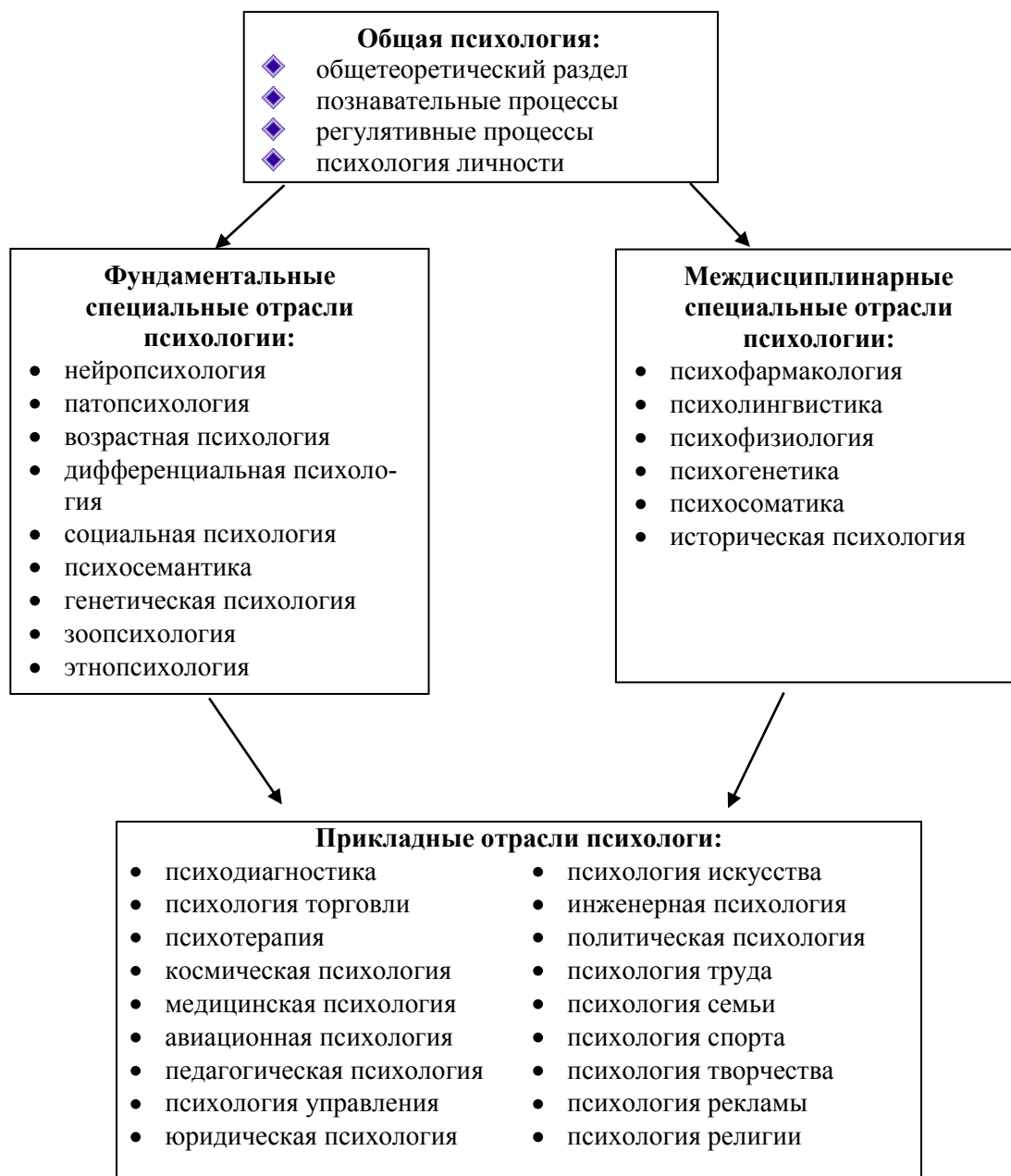


Рис. 1.1. Отрасли психологии

1.4. Общее представление о методах психологии

Всякая наука основана на фактах. Она собирает факты, сопоставляет их и делает выводы, устанавливает законы той области деятельности, которую изучает. Специфика научной психологии заключается в том, что она для накопления своих данных использует целый арсенал научных методов. Одной из основных задач психологической науки стала разработка таких объективных методов исследования, которые опирались бы на обычные для всех остальных наук, приёмы наблюдения за протеканием того или иного вида деятельности и на экспериментальное изменение условий протекания этой деятельности. Ими стали метод эксперимента и метод наблюдения за поведением человека в естественных и экспериментальных условиях.

Метод наблюдения

Если мы изучаем явление без изменения условий, при которых оно совершается, то речь идёт о простом объективном наблюдении, которое применяется как в психологии, так и в медицине. Различают *прямое* и *косвенное* наблюдение. Примером прямого наблюдения может быть изучение реакции человека на раздражитель или наблюдение за поведением детей в группе, если мы изучаем типы контактов. Прямые наблюдения подразделяются ещё на *активные* (научные) и *пассивные* обычные (житейские). Многократно повторяясь, житейские наблюдения аккумулируются в пословицах, поговорках, метафорах, и в этой связи представляют определённый интерес для культурологического и психологического изучения. Научное наблюдение предполагает вполне определённую цель, задачу, условия наблюдения. При этом, если мы попробуем изменить условия или обстоятельства, при которых совершается наблюдение, то это уже будет эксперимент.

Косвенное наблюдение применяется в ситуациях, когда мы хотим с помощью объективных методов изучить психические процессы, не поддающиеся прямому наблюдению. Например, установить степень усталости или напряжённости при выполнении человеком определенной работы. Исследователь может воспользоваться методами регистрации физиологических процессов (электроэнцефалограммы, электромиограммы, кожно-гальваническая реакция и т.п.), которые сами не вскрывают особенностей протекания психической деятельности, но могут отражать общефизиологические условия, характеризующие протекание изучаемых процессов.

В исследовательской практике объективные наблюдения различаются также по целому ряду других признаков.

По характеру контакта – непосредственное наблюдение, когда наблюдатель и объект наблюдения находятся в непосредственном контакте и взаимодействии, и опосредованное, когда исследователь знакомится с наблюдаемыми субъектами косвенно, посредством специально организованных документов типа анкет, биографий, аудио- или видеозаписей и т.д.

По условиям осуществления наблюдения – полевое наблюдение, которое идёт в условиях повседневной жизни, учебы или работы, и лабораторное, когда субъект или группа наблюдается в искусственных, специально созданных условиях.

По характеру взаимодействия с объектом различают включенное наблюдение, когда исследователь становится членом группы, и его присутствие и поведение становятся частью наблюдаемой ситуации, и не включенное (со стороны), т.е. без взаимодействия и установления каких-либо контактов с изучаемым лицом или группой.

Различают также открытое наблюдение, когда исследователь открывает наблюдаемым свою роль (недостатком этого способа является снижение естественного поведения наблюдаемых субъектов), и скрытое (инкогнито), когда о присутствии наблюдателя группе или индивиду не сообщается.

По целям различают наблюдение: целенаправленное, систематическое, приближающееся по своим условиям к экспериментальному, однако отличающееся тем, что наблюдаемый субъект не ограничивается в свободе своих проявлений, и случайное, поисковое, не подчиняющееся никаким правилам и не имеющее четко поставленной цели. Известны случаи, ко-

гда исследователям, работавшим в поисковом режиме, удавалось сделать наблюдения, не входящие в их первоначальные планы. Таким образом были совершены крупные открытия. Например, описан случай, как в 1888 г. врач-невропсихиатр обратил внимание на жалобы больной, имевшей настолько сухую кожу, что в холодную сухую погоду она чувствовала, как проскакивают искры с ее кожи и волос. У него возникла мысль измерить статический заряд ее кожи. В результате он констатировал, что этот заряд исчезает под воздействием некоторых стимуляций. Так был открыт психогальванический рефлекс. Позже он стал известен как кожно-гальваническая реакция (КГР). Точно так же И.П. Павлов в ходе своих экспериментов по физиологии пищеварения открыл условные рефлексы.

По упорядоченности во времени различают наблюдения сплошные, когда ход событий фиксируется постоянно, и выборочные, при которых исследователь фиксирует наблюдаемые процессы только в определенные промежутки времени.

По упорядоченности в проведении различают наблюдения структурированные, когда происходящие события фиксируются в соответствии с ранее разработанной схемой наблюдения, и произвольные (неструктурированные), когда исследователь свободно описывает происходящие события так, как он считает целесообразным. Такое наблюдение обычно проводят на пилотажной (ориентировочной) стадии исследования, когда требуется сформировать общее представление об объекте исследования и возможных закономерностях его функционирования.

По характеру фиксации различают констатирующее наблюдение, когда наблюдатель фиксирует факты так, как они есть, наблюдая их непосредственно, либо получая от свидетелей события, и оценивающее, когда наблюдатель не только фиксирует, но и оценивает факты относительно степени их выраженности по заданному критерию (например, оценивается степень выраженности эмоциональных состояний и т.п.).

На схеме представлены основные способы наблюдения и взаимосвязи между ними. По этой схеме можно проследить, как структурно образуются самые разнообразные модели наблюдения. Например, методически оно может быть организовано как: непосредственное – полевое – не включенное – открытое – целенаправленное – выборочное – структурированное – оценивающее и т.п.

Метод опроса

Опрос представляет собой способ получения информации об изучаемом явлении входе непосредственного (интервью) или опосредованного (опросник, анкета) общения экспериментатора и респондента, т.е. лица, отвечающего на вопросы исследователя (например, пациент на вопросы врача). Опрос является одним из самых распространенных, хотя и не очень надежных методов исследования личности как в психологии, так и в медицине. Цель опроса выявить мнения, установки, представления человека о своём заболевании, о себе, об окружающих людях и явлениях действительности. Наиболее эффективно применение опроса в сочетании с другими методами, что позволяет существенно снизить исходный субъективизм полученных данных, а также повысить валидность и надежность применяемых опросников.

Различают несколько видов инструментального обеспечения метода опроса: а) интервью; б) опросники-анкеты; в) личностные опросники.

Интервью – представляет собой способ получения информации в процессе устной беседы. Метод интервью столь же древний, как и метод наблюдения. В психологии интервью применяют в клинической практике, при консультировании, при исследовании личности, в профессиональных и образовательных целях и т.д. Различают интервью *свободное*, т.е. не регламентированное формой (а иногда и темой) в ходе которого интервьюер создает для респондента комфортную коммуникативную обстановку, поощряя говорить свободно и непринужденно, и *структурированное* (или стандартизованное), по форме похожее на устно предъявляемый опросник и подчиненное определенной теме.

Интервью дает возможность получить информацию двух типов. Во-первых, можно наблюдать за респондентом, его речью, позой, мимикой, манерой вести себя с незнакомым человеком. Во-вторых, интервью позволяет получить данные о жизни человека, восприятии

им прошедших и настоящих событий, их оценке, описании сопутствующих обстоятельств и т.п. Интервью нередко применяют и для установления тесного личного контакта с собеседником, чтобы обеспечить доследующую работу с ним.

Опросники-анкеты берут начало в разработанных Ф. Гальтоном, К. Пирсоном и Дж. Кэттелом стандартизированных анкетах и шкалах порядка. Их разработки стали использовать другие исследователи при составлении самых разнообразных опросников-анкет, а также личностных тестов. Опросники-анкеты предназначены для получения такой информации о субъекте, которая не имеет непосредственного отношения к его личностным чертам и особенностям. Таковы» например, биографические анкеты-опросники, опросники интересов, опросники установок и т.д.

Биографическая анкета-опросник предназначена для получения сведений из истории жизни человека, и ее применяют, когда нелегко провести интервью. Психологи-экспериментаторы используют тщательно разработанные биографические опросники для самых разнообразных целей, например для формирования относительно однородных подгрупп, классификации субъектов на основании их прошлого опыта, выявления групп со сходными интересами и т.п.

Опросники интересов предназначены для выявления профессиональных и образовательных потребностей испытуемых, а также задач профессионального отбора. При разработке опросников интересов пользуются косвенными методами, т.е. не формулируют прямых вопросов. Опыт показал, что ответы на прямые вопросы об интересах часто ненадежны, поверхностны и нереальны. Это происходит потому, что большинство людей недостаточно информированы о различных профессиях и видах деятельности, а кроме - того, им мешают распространенные стереотипы о некоторых профессиях и их привлекательности.

Личностные опросники предназначены для исследования и измерения выраженности тех или иных индивидуальных особенностей субъектов. Их прототипом считают «бланк личностных данных» В. Вудвортса, разработанный им в годы Первой мировой войны и предназначенный для выявления людей, страдающих неврозами и непригодных к военной службе. Методический подход Вудвортса был использован впоследствии многими исследователями для построения опросников, направленных на измерение черт личности, ее мотивов, ценностей, установок и т.п. К настоящему моменту существует несколько сотен разнообразных личностных опросников, получивших широкое распространение в диагностических исследованиях во всем мире. Наиболее известные среди них – личностный опросник Г. Айзенка, шестнадцатифакторный личностный опросник Р. Кеттела (16PF), Миннесотский многоаспектный личностный опросник (MMPI) и др.

Личностный опросник Айзенка предназначен для исследования эмоциональной устойчивости и степени общительности субъекта. При разработке опросника Г. Айзенк опирался на допущение, что психические расстройства являются как бы продолжениями индивидуальных различий, наблюдаемых у нормальных людей. Так, например, нейротизм (или эмоциональная неустойчивость) при очень высоких показателях может свидетельствовать о развитии невроза (нервно-психического расстройства, в основе которого лежит нарушение значимых жизненных отношений человека). Экстраверсия характеризует общительность субъекта, стремление к широкому кругу знакомств, легкость, импульсивность, оптимизм, слабый контроль над эмоциями и чувствами. Интроверсия, напротив, характеризуется спокойствием, самоуглубленностью, застенчивостью, любовью к порядку, высоким самоконтролем.

Шестнадцатифакторный личностный опросник (16PF) Кеттела был впервые опубликован в 1950 г. Далее постоянно совершенствовался и сейчас существует в двух эквивалентных формах (А и В). Опросник содержит 187 утверждений и предназначен для людей от 16 лет «старше. Имеются также варианты опросников для детей и подростков. Особенность подхода Р. Кеттела к разработке опросника в том, что он собрал все имеющиеся в языке описания личностных черт человека и далее с помощью специального статистического метода (факторного анализа) свел к серии из 16 факторов, каждый из которых построен на биполярной основе и измеряется с помощью шкалы порядка в интервале от 1 до

10 (баллов). Четыре фактора второго порядка являются генеральными и вычисляются на основе шестнадцати факторов первого порядка.

Структурно-аналитический метод

Метод эксперимента.

Известно, что естествознание обязано своим развитием применению эксперимента. От простого наблюдения эксперимент отличается тем, что исследователь, изучая какое-либо явление, может произвольно изменять условия, при которых оно совершается, и, наблюдая результаты такого вмешательства, делать выводы о закономерностях изучаемого явления. Например, экспериментатор может исследовать скорость реакции в ответ на подаваемые им сигналы разной интенсивности. Или, положим, изучать действия испытуемого, которому нужно найти выход из лабиринтов разного уровня сложности. При этом экспериментатор наблюдает и фиксирует, какие приёмы, средства и формы поведения применяет испытуемый, выбираясь из предложенных лабиринтов. Дальнейший анализ полученных результатов, при котором экспериментатор прослеживает структурное строение применявшихся испытуемым приёмов, получил название метода структурного анализа.

В приведённых примерах речь шла о прямых непосредственных экспериментах, в которых исследователь, активно изменяя условия деятельности испытуемых, наблюдал за их поведением. Обычно такие исследования ведутся в так называемых лабораторных условиях. Отсюда эксперимент и получил название лабораторного. Часто в них применяется специальная аппаратура, эксперимент четко спланирован, а испытуемый включен в эксперимент добровольно и знает, что подвергается исследованию.

Вся психофизика, психофизиология, а также многие исследования общей психологии (память, внимание, мышление) проводятся в лабораторных условиях. Эти эксперименты не вызывают сомнения, когда их целью является исследование внешне наблюдаемых реакций или форм поведения. Но можно ли экспериментально изучать сами психические явления: восприятия, переживания, воображение, мышление? Ведь они недоступны прямому наблюдению, а для проведения эксперимента необходимо изменять условия протекания этих процессов. Действительно, напрямую это невозможно, но возможно косвенно, если мы заручимся согласием испытуемого на такой эксперимент и с его помощью, опираясь на его самонаблюдение (субъективный метод), будем изменять условия протекания психических процессов в его сознании.

Например, мы хотим определить, какое сочетание цветов кажется испытуемому красивым? У нас есть свое предположение (гипотеза) на этот счет и мы его проверяем. Кладем зеленую полоску, а рядом красную и предлагаем оценить, является ли это сочетание цветов красивым? Если нет, то кладем синюю полоску и т.д. Предъявляемые цветовые сочетания представляют собой фактор, который экспериментатор может изменять по своему усмотрению или в соответствии с планом эксперимента. Этот фактор называется **независимой** переменной. Изменяя цветовые сочетания (удаляя одну цветовую полоску и помещая на её место другую), мы производим изменение в деятельности зрительного органа, а вместе с этим вызываем изменение состояния сознания. Словесный отчет как результат самонаблюдения испытуемого позволяет нам зафиксировать мнение о привлекательности предъявленного цветового сочетания. Ответы испытуемого здесь выступают фактором зависимым и потому этот фактор получил название **зависимой** переменной.

Другими словами, мы произвели психологический эксперимент по исследованиям психических процессов благодаря тому, что оказалось возможным изменить условия, в которых протекает этот психический процесс.

Экспериментально-генетический метод

Наряду со структурно-аналитическим методом в психологии широко используется экспериментально-генетический метод, имеющий особенно большое значение для детской (генетической) психологии. С его помощью экспериментатор может исследовать происхождение и развитие у ребенка тех или иных психических процессов, изучать, какие этапы в него включены, какие факторы его, определяют. Ответ на эти вопросы можно получить, прослеживая и

сравнивая, как выполняются одни и те же задачи на последовательных ступенях развития ребенка. Этот подход получил в психологии название генетических (или поперечных) срезов. Другой модификацией экспериментально-генетического метода является лонгитюдное исследование, т.е. длительное и систематическое изучение одних и тех же испытуемых, позволяющее определить возрастную и индивидуальную изменчивость фаз жизненного цикла человека.

Лонгитюдное исследование нередко ведется в условиях естественного эксперимента, который был предложен в 1910 г. А.Ф. Лазурским. Смысл его в том, чтобы исключить напряжение, которое испытывает человек, зная, что над ним экспериментируют, и перенести исследование в обычные, естественные условия (урок, собеседование, игра, домашние занятия и т.п.).

Примером естественного эксперимента может служить исследование продуктивности запоминания в зависимости от установки на длительность сохранения материала в памяти; На уроке в двух классах учеников знакомят с материалом, который нужно изучить. Первому классу сообщают, что их будут опрашивать на следующий день, а второму – что опрос будет через неделю. На самом деле оба класса опрашивали через две недели. В ходе этого естественного эксперимента были выявлены преимущества установки на длительное сохранение материала в памяти.

В возрастной и педагогической психологии нередко применяется сочетание структурно-аналитического и экспериментально-генетического методов. Например, чтобы выявить, как формируется та или иная психическая деятельность, испытуемого ставят в различные экспериментальные условия, предлагая решать определенные задачи. В одних случаях от него требуется самостоятельное решение, в других ему предоставляются разного рода подсказки. Экспериментатор, наблюдая за деятельностью испытуемых, определяет те условия, при использовании которых испытуемый может оптимально овладеть данной деятельностью. При этом, применяя приемы экспериментально-генетического метода, оказывается возможным экспериментально сформировать сложные психические процессы и глубже исследовать их структуру. Такой подход получил в педагогической психологии название формирующего эксперимента.

Экспериментально-генетические методы широко использовались в трудах Ж. Пиаже, Л.С. Выготского, П.П. Блонского, С. Л. Рубинштейна, А.В. Запорожца, П.Я. Гальперина, А.Н. Леонтьева. Классическим примером использования генетического метода является исследование эгоцентрической речи ребенка, то есть речи, обращенной к самому себе, регулирующей и контролирующей практическую деятельность ребенка. Генетически эгоцентрическая речь, восходит к внешней (коммуникативной) речи. Ребёнок вслух обращается к самому себе так, как к нему обращался кто-либо из родителей или воспитывающих взрослых. Однако с каждым годом эгоцентрическая речь ребёнка становится всё более сокращённой и потому непонятной окружающим, а к началу школьного возраста прекращается совсем. К этому возрасту эгоцентрическая речь не отмирает, не исчезает, а переходит во внутренний план, становится внутренней речью, которая играет важную роль в самоуправлении своим поведением. Внутреннее проговаривание или «речь про себя» сохраняет структуру внешней речи, но лишена фонации, т.е. произнесения звуков. Она составляет основу нашего мышления, когда мы проговариваем про себя условия или процесс решения задачи.

Экспериментально-патологический метод (метод синдромного анализа)

Третьим базовым методом психологии, особенно важным для нейропсихологии и патопсихологии, является экспериментально-патологический метод. С его помощью исследуются изменения, которые наступают в случаях мозговых травм, патологии мозга, а также при исключительном развитии какой-либо одной стороны психических процессов.

Например, известны случаи такого развития памяти, когда человек ничего не забывал и мог безошибочно воспроизвести любой услышанный или увиденный текст через многие годы. А.Р. Лурия исследовал подобного мнемониста в 30-х годах, фантастическая память которого, давая ему определенные преимущества, в то же время чрезвычайно затрудняла ему жизнь. Эксперименты показали, что он был не в состоянии представлять и предвосхищать реальные

события, он жил как бы в одном прошлом и не мог управлять своей нечеловеческой памятью. В таких «поставленных жизнью» экспериментах исследователь устанавливает, какие именно психические процессы внутренне связаны с нарушенным фактором, а какие не зависят от него. Подобный анализ позволяет описать целый синдром, т.е. комплекс симптомов, возникающих у человека при изменении какой-либо одной функции, а также дает возможность выявить взаимную зависимость (корреляцию) отдельных психических процессов.

Метод синдромного анализа может быть также применен в общей психологии и психологии индивидуальных различий. Например, можно исследовать как сверхразвитие какой-либо одной черты (предположим, яркой зрительной памяти) или индивидуальной особенности нервных процессов (предположим, слабость и недостаточная подвижность нервных процессов) влияет на перестройку всех психических процессов и может стать решающим фактором в формировании целого комплекса индивидуальных особенностей личности.

1.5. Психодиагностика в медицине

Метод объективного наблюдения, равно как и метод эксперимента являются методами психологического эмпирического исследования, задача которых установить закономерности или исследовать проявления тех или иных психических процессов или форм поведения человека. Однако наряду с этим психологов интересует степень выраженности тех или иных психических процессов (памяти, внимания, умений, навыков, обучаемости, уровня притязаний и т.п.), а также возможность сравнивать людей между собой, т.е. оценивать их индивидуальные различия. Для решения этих задач в психологии уже в конце XIX – начале XX вв. стали применяться качественные и количественные методы оценки психических процессов (знаний, умений, навыков) и простые методы измерения уровня развития психических процессов. Это направление в современной психологии получило название *психодиагностика*.

Психологическая практика требовала информации о высших психических функциях в целях диагностики индивидуальных различий между людьми, касающихся приобретения знаний и выполнения сложных форм деятельности. Первый вариант решения этой задачи представил французский психолог Анри Бине. В поисках психологических средств, с помощью которых удалось бы отделить детей, способных к учению, но ленивых, от тех, кто страдает врожденными интеллектуальными дефектами, экспериментальные задания по изучению внимания, памяти, мышления А.Бине превратил в тесты, установив шкалу, каждое деление которой соответствовало заданиям, выполнимым нормальными детьми определенного возраста.

Позже германский учёный В.Штерн ввёл понятие «коэффициент интеллекта» (IQ). По нему соотносился «умственный» возраст (определяемый по шкале А.Бине) с хронологическим («паспортным»). Их несовпадение считалось показателем либо умственной отсталости, либо одарённости.

Применение психодиагностических тестов

От каждого измерительного инструмента требуется, чтобы он был как можно более точным, чтобы на полученные результаты можно было положиться, как на данные, близкие к «настоящей» величине измеряемого признака. Следовательно, точность можно понимать как меру достоверности, с какой тест измеряет то, что он измеряет. Существует ряд источников погрешностей, которые снижают точность тестов и надежность результатов. К ним относятся: неблагоприятные условия тестирования, недостаточное внимание к состоянию испытуемых в момент испытания, неверное поведение экспериментатора, а также субъективность в истолковании результатов теста. Кроме учета и устранения источников погрешностей, надежность теста (т.е. его согласованность) повышают посредством повторного испытания с последующим вычислением коэффициента корреляции между данными первого и второго тестирования. Подобная тщательная и объективная проверка надежности теста необходима психологам, чтобы знать, для каких целей и в каких пределах его можно применять. К Наряду с надежностью к тесту предъявляется требование валидности и адекватности. Валидность

– это степень, в которой тест является инструментом, измеряющим то, для чего он предназначен. Для установления валидности обычно требуется независимый внешний критерий по отношению к тому, что тест должен измерить. Совокупность внешних показателей риска будет критерием, с которым следует соотнести исходные тестовые показатели риска. Далее определяется коэффициент валидности с помощью коэффициента корреляции. При конструировании тестов применяется ещё целый ряд специальных статистических процедур, позволяющих сделать тест более чувствительным и надежным инструментом.

При работе с тестами следует отметить также и этический аспект: использование, проведение и интерпретация психологических тестов Должны обязательно идти под контролем квалифицированного психолога. В руках недобросовестного или некомпетентного экспериментатора тесты могут принести серьезный вред. Особенно это касается личностных Тестов или опросников, в связи с чем, важно предотвратить доступность их содержания для любого желающего.

Описанные выше базовые методы исследований, а также методы измерения и тестового оценивания индивидуальных различий лежат в основании многих современных объективных методов эмпирических исследований.

1.6. Применение психологических знаний в профессии врача

Какое значение для медицинской практики имеет знание о динамике психической жизни? Это значение связано с организацией воздействия на потенциальные возможности сознания, психики пациента через взаимодействие с ним другого человека – врача или психолога. И в первую очередь это можно отнести к психотерапии. К сожалению, так сложилось, что в советской психологии своей психотерапевтической практики не было создано. В настоящее время мы навёрстываем упущенное: происходит процесс сопряжения психологической практики и соответствующей ей научной концепции человека. Психологическая практика не может продуктивно развиваться без теории, и в то же время она не может рассчитывать на академическую теорию. Ей нужна особая теория, назовём её психотехнической. Психотерапия вообще является уникальным полем сопряжения многих человеческих знаний и умений, в частности в ней, как более нигде, обнаруживается взаимодействие медицины и психологии, когда практические знания по психологии умело применяет в своей деятельности врач – психотерапевт. Поэтому её не могут однозначно относить ни к психологии, ни к медицине, настолько неразсторжим единый сплав медико-психологических знаний в этом прикладном направлении.

Несмотря на то, что отдельные психологические практики (перечисленные выше) имеют самостоятельное значение в жизни людей, именно в психотерапии осуществляется и лечение болезней, и психологическая помощь в приспособлении к реальности, и психокоррекция неадаптивного поведения, и консультирование в трудных жизненных ситуациях. Поэтому и психокоррекция, и психотехника, и психологическая консультация и другие, могут считаться синонимами психотерапии, поскольку во всех этих сферах прикладной психологии присутствует одно общее ядро – живой опыт работы с психологической реальностью человека, помощь в достижении внутренней гармонии, в реализации творческого потенциала. Психотерапия есть практика профессиональной работы с живой человеческой личностью. Буквальный смысл слова «психотерапия» – забота о душе.

Но не одна только психотерапия и подобные ей виды практик служат полем для «слияния» медицины с психологией. Существенно важным является и то, что в современной медицине и современной психологии в самом общем плане развиваются идеи, связанные с пониманием человека как части Природы – единой целостной системы, где жизнь человека анализируется как проявление свойств природы. Одним из многочисленных примеров может служить тот факт, что на продолжительность жизни, на протекание процесса старения существенное влияние оказывает психологическое представление о том, что есть такое старость и как она должна протекать.

Вопросы, связанные со здоровым образом жизни тоже являются тем пространством, где пересекаются данные о строении сознания человека, о возможности воздействия на себя через психику, в частности самосознание, и данные о функционировании организма человека, то есть пересекаются сведения из психологии и медицины. Вообще медицина является одной из главных областей приложения психологических знаний. Свои психологические основы имеют все стороны многообразной медицинской деятельности – от продления и сохранения человеческого рода, лечения и профилактики заболеваний до взаимоотношений медицинских работников с пациентом и т.д.

Основы психологического знания необходимо медицинским работникам, поскольку они способствуют: внимательному и заинтересованному отношению людей друг к другу в лечебно-профилактической деятельности; возникающему на этой основе взаимному доверию; способности к соучастию, сопереживанию, эмпатии и, следовательно, взаимопониманию. Последнее необходимо потому, что медицинский работник и пациент вместе решает одну и ту же задачу – сохранения здоровья, предупреждения и лечения заболеваний, что предполагает их сотрудничество и взаимодействие.

Для понимания проблемы психологии здоровья существует важное понятие болезни, которое позволяет говорить о том, что в кабинете врача, у постели больного всегда возникают три образа: больной, болезнь и врач. Особенность этих отношений в том, что всегда один из людей является источником силы для другого, и болезнь определяет вектор получения силы – это другой человек. Другой человек – врач, целитель, лекарь, психотерапевт – может помочь больному осознать динамику его психической жизни, показать источники его душевных сил в борьбе с болезнью. Получит ли больной необходимую поддержку врача, будет определяться теми отношениями, которые складываются у врача и его пациента. Люди, окружающие больного должны не спасать, а помогать. Именно такое отношение другого человека помогает больному использовать в борьбе с болезнью ресурсы собственного организма.

Сегодня психология и медицина пытаются описывать эти отношения в понятиях внутренней картины здоровья (ВКЗ), внутренней картины болезни (ВКБ). Но без обращения к третьей картине – духовной культуры врача – эту проблему не решить. Подтверждением тому существует раздел медицинского знания – деонтология, изучающая основные нормы и правила человеческих отношений в ситуации, когда один из людей является зависимым от другого и зависимым от свойств собственного организма, продуцирующего болезнь. Закономерности психической жизни человека с очевидностью проявляются в его поведении, когда человека заболевает и обращается за помощью. Какое место занимает больной в системе Врач–Болезнь–Больной, чью сторону принимает первый или последний в этой системе? – вопросы совсем не простые.

В спектре многообразных вопросов, связанных с ролью психологических знаний в профессии врача, особое место занимает смысл существования медицинской психологии, этики и деонтологии, который отражён в таком феномене как духовная культура врача. Через этот термин также проходит смысл существования термина и науки «Медицина».

Медицина как одна из наук о человеке принципиально не может быть внедуховной наукой, следовательно, в подготовке врачей проблемы духовного развития должны занять надлежащее место. Корень слова «медицина» (*med*) – середина, мера. Это связано и с нахождением средства или меры исцеления, и с отношением к исцелению как серединой между чудом и знанием, и со срединным местом медицины между естествознанием и человековедческим (социально-гуманитарными) знанием. От чистого естествознания её отличает то, что медицина работает не с веществом, полем или информацией, а с живым страдающим человеком, что предполагает нравственно-психологическое измерение.

На первый план, наряду с профессиональным клиническим мышлением выдвигаются требования к профессиональному сознанию и личности специалиста. Врач-профессионал всегда рассматривался обществом не только как специалист, излечивающий заболевание, но и как человек, занимающий особую позицию – позицию оказания помощи, личной ответ-

ственности и участия в судьбе пациента. Духовная культура врача – это стержень деонтологически и психологически грамотного мышления и поведения врача, его нравственного самосознания. В итоге это сказывается на духовном и физическом здоровье всей нации. Именно поэтому у врача формируется в вузе не только клиническое, но и гуманистическое мышление (как забота о человеке) посредством таких наук как психология, культурология, социология, философия, биоэтика, без которого нет врача – истинного профессионала.

По большому счёту, духовная культура становится фактором выживания человечества вообще. Неблагоприятная социально-экономическая ситуация, политические и этнические конфликты, обнищание населения, коммерциализация медицины, быстрый рост цен на медицинские услуги и препараты, неудовлетворённость врачей оплатой и условиями труда, снижение уровня подготовки врачей и духовной культуры пациентов также настоятельно диктуют необходимость обращения к проблемам духовности.

Но психологическая наука, по мнению некоторых отечественных учёных, только в последние годы подошла к постижению феномена духовности как глубинного определения способа жизни, связанного с познанием самоценного, очевидного и необходимого смысла собственного существования; как устремления человека к высшим ценностям и смыслам.

Духовная культура нашего Отечества и стран Западной Европы в своих истоках восходит к христианству, зиждется на христианской культуре Греции, Италии, Византийской империи. Поэтому обращение к традициям медицины и психологии, сложившимся в лоне христианской Церкви, было бы логичным и целесообразным.

Более того, общечеловеческие нравственные ценности, на которые опирается духовная культура врача, по своей сути универсальны и некоторым образом сходны с моральными заповедями основных религий. В этом как раз проявляется духовная культура врача, чтобы общечеловеческие нравственные ценности привести в теорию и конкретную практику врачебной работы и общения с пациентом. Следовательно, духовная культура врача не есть нечто извне данное, а выстраданное в собственном опыте осознания себя как человека и доктора.

В профессиях, связанных с взаимодействием «человек–человек», огромное значение имеет ориентация на Другого как равноправного участника взаимодействия. Особенно важна способность к гуманистической, нравственной реакции в профессиональной деятельности врача. Поскольку объектом исследования и субъектом взаимодействия является человек, а характер знаний – прикладной, то от врачей и учёных требуется высокая мера личной ответственности за результаты своей деятельности.

Медицина как человековедческая наука не может существовать без определённых нравственно-этических и психологических принципов, норм и критериев. Существование нравственных моделей поведения – это объективная необходимость, связанная с многообразием ситуаций, возникающих во врачебной деятельности. Для самого специалиста, если он хочет стать профессионалом, важно принять условия, при которых существует сама профессия. Одним из таких условий является сохранение функций и социальной значимости профессии, что вполне естественно – профессия должна быть социально необходимой и удовлетворять определённым потребностям общества. Для профессионала освоение предмета профессионального взаимодействия предполагает включение его в содержание своего «Я», или как говорят психологи, своей «Я-концепции», что выглядит как осознание: «я понимаю (чувствую и знаю) почему я этим занимаюсь».

Итак, сегодня с особой остротой встают вопросы духовной культуры врача, которые ещё в недавнем прошлом не рассматривались в качестве самостоятельной цели профессиональной подготовки. Теперь же становится очевидным, что духовность во многом определяет качество подготовки современного специалиста, а значит, результаты лечения. Духовный облик врача, не мыслимый вне нравственно положительного роста его личности, позволит расширить представление клинической картины болезни до клинической картины больного человека. Это в свою очередь позволит найти более обоснованные ответы на то, как влияют психологические и этические факторы на закономерности этиопатогенеза психосоматических заболеваний. Духовная культура врача также сопряжена с пониманием значимо-

сти характера межличностных контактов врача и пациента. Модель этих контактов воспитывается на сознательном и бессознательном уровне уже на студенческой скамье.

Организация высшего медицинского образования такова, что обучение в медицинском вузе формирует подход к человеку как к организму, идентифицирует человека с больным органом. Изучение анатомии, гистологии, физиологии, биохимии, биофизики наряду с очевидными профессионально необходимыми знаниями создаёт иллюзию возможности познать человека только на основе изучения закономерностей жизнедеятельности организма. Это подтверждается фактом, что прилагательное «больной» прочно вошло в массовое и общественное сознание как существительное и фактически отбросило слово «человек».

В современной клинике зачастую за болезнью забывают человека: он мыслится как некое приложение к ней. Такое смещение приоритетов, когда сам носитель медико-психологических симптомов, к сожалению, вытесняется безличной совокупностью клинико-лабораторных данных, не может не тревожить. Следствием становятся случаи назначения лечения одного органа, но противопоказание больному в целом. Игнорирование целостного внутреннего мира пациента во всём устройстве клиник ведёт к возникновению у него ощущения одиночества, ненужности, заброшенности, униженности, чувства «подопытного кролика». И это происходит независимо от успеха лечения как такового.

Отношение к пациенту, умение организовать психологический диалог с ним – одно из базовых профессиональных действий, приводящее к верной диагностике и эффективному лечению. Формирование отношения к пациенту как к неповторимой уникальной личности, то есть целостному человеку, обладающему не только физической, но и душевной сущностью является главной целью профессиональной подготовки врача.

Темы рефератов:

1. Позиция психологии в общей системе наук.
2. Методологические проблемы и задачи психологии.
3. Медицинская психология как отрасль психологической науки и практики.
4. Методы исследования в психологии и медицине.
5. Психотерапия: к проблеме междисциплинарной интеграции медицины и психологии.

Рекомендуемая литература:

1. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. Курс лекций. – М.: ЧеРо, 2003. – 336 с.
2. Дубровина И.В. Психология: Учебник. – М.: Академия, 2004. – 464 с.
3. Маклаков А.Г. Общая психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер-М, 2005. – 592 с.
4. Психология. Учебник для гуманитарных вузов / Под общей ред. В.Н.Дружинина. – СПб.: Питер, 2001.
5. Столяренко Л.Д. Психология: Учебник. – СПб.: Питер-М, 2004. – 592 с.

ТЕМА 2. Современные направления, проблемы и понятия психологии

2.1. Формирование психологии как самостоятельной науки

С тех пор как термин «психология» вошёл в научный обиход, прошло более двухсот лет, сопровождавшихся её становлением, кризисами, научными революциями в системе знаний и методов «науки о душе». Психологию трактовали как науку о субъективном опыте, сознании, поведении и т.д. При этом считалось, что доподлинно известно, что такое «непосредственный субъективный опыт», «сознание» или «поведение».

К 70-м годам XIX века появилась потребность в том, чтобы разрозненные знания о психике для изучения объединить в особую научную дисциплину. Превращение психологии в самостоятельную науку стало возможно потому, что психология постепенно превращалась из науки описательной в науку экспериментальную.

Начало в построении психологии как самостоятельной науки положили В.Вундт и Ф. Brentano. В 1875 г. В.Вундт организовал в Лейпциге первый психологический институт. В связи с этим очень важным был выход в свет его труда «Основы физиологической психологии». В нем предметом психологии был признан «непосредственный опыт» – содержание сознания; главным методом – интроспекция (наблюдение субъекта за процессами в своём сознании, что требовало специальной длительной тренировки).

Одновременно с В.Вундтом философ Ф. Brentano в 1874 г. изложил программу изучения психологии в работе «Психология с эмпирической точки зрения». Согласно его точке зрения, область психологии – это не содержание сознания (ощущения, восприятия, мысли, чувства), а его акты, психические действия, благодаря которым оно появляется. Например, одно явление свет, другое – акт видения света. По мышлению Brentano, изучение таких актов и есть уникальная сфера психологии.

В научных разработках уровень теоретических представлений о предмете психологии отличался от уровня конкретной эмпирической работы, где под власть эксперимента подпадал всё более широкий круг явлений.

Методы экспериментальной психологии начал разрабатывать немецкий психолог Г.Эббингауз. Он экспериментировал с мнемоническими процессами (от «Мнемозина» – древнегреческая богиня памяти), и выяснил что они более сложные, чем сенсорные. В 1885 г. в книге «О памяти» учёный изложил результаты проведённых на себе опытов с целью вывести законы, по которым сохраняется и воспроизводится выученный материал. При решении проблемы он составил 2300 бессмысленных слов, состоящий из трёх звуков – согласный + гласный + согласный (например, «мон», «пит» и т.п.). Были испробованы и тщательно просчитаны различные варианты, касающиеся времени и объёма их заучивания, динамики их забывания (репутацию «классической» приобрела так называемая «кривая забывания», показывающая, что примерно половина забытого приходится на первые полчаса после заучивания), последующего воспроизведения материала различного объёма, различных фрагментов этого материала (начала списка слогов и его конца).

Чем успешнее шла в психологии экспериментальная работа, тем обширнее становилось поле изучаемых ею явлений. Рушилось понимание сознания как замкнутого в себе мира. Восприятие и память, навыки и мышление, установки и чувства стали трактоваться как своего «инструменты» организма, работающие над решением задач, с которыми его сталкивают жизненные ситуации.

2.2. Наиболее известные психологические концепции XX века

В начале XX века возникает несколько направлений в психологии, отличающихся друг от друга пониманием предмета психологии, методами исследования и системой основных понятий. В Европе это были фрейдизм и гештальтпсихология, в США – функционализм, бихевиоризм и школа Курта Левина. В психологии разрабатываются новые научные концепции и теоретические направления, проводятся соответствующие эмпирические исследования. Наиболее известными из них стали: бихевиоризм, гештальтпсихология, глубинная психология.

Бихевиоризм

В это время в американской психологии возникает её ведущее направление – бихевиоризм (от англ. «behavior» – поведение). Бихевиоризм признавал в качестве единственного объекта психологического изучения поведение, поведенческие реакции. Сознание, как явление не поддающееся наблюдению, было исключено из сферы бихевиористской психологии. Изучалось лишь реально проявляющееся поведение. Это хорошо увязывалось с прагматическим направлением всей американской науки того времени. Основателем бихевиоризма (поведенческой психологии) считается американский психолог Джон Уотсон. Он рассматривал психологию как теорию поведения, исключив из изучения субъективные явления и сознание человека. Понятия об образах, мыслях, идеях, чувствах Уотсон заменил понятиями о мышечных и секреторных реакциях, поведение сводил к внешним приспособительным актам, отрицал сознание как особую форму регуляции поведения. Благодаря бихевиоризму объективные методы изучения психики получили широкое распространение. Построение научной психологии бихевиористами ориентировалось на естественные науки.

Одним из основателем бихевиоризма был Э.Торндайк, изложивший обширный экспериментальный материал в своей докторской диссертации «Интеллект животных. Экспериментальное исследование ассоциативных процессов». Первая его работа «Ум животных» стала важной вехой на пути внедрения объективного метода в исследование процесса учения. Для этого использовал так называемые «проблемные» ящики. Он помещал подопытных животных (кошек, собак, низших обезьян) в «проблемные ящики» – экспериментальные устройства различной степени сложности, фиксировался характер их двигательных реакций, направленных на то, чтобы выйти из ящика и получить подкрепление. Помещённое в ящик животное могло выйти из него, или получить подкормку, лишь приведя в действие специальное устройство – нажав на пружину, потянув петлю и т.п. Первоначально животное совершало множество движений, бросалось в разные стороны, царапало ящик и т.п., пока одно из движений случайно не оказывалось для него удачным. «Пробы, ошибки и случайный успех» – таково было заключение, принятое учёным для всех типов поведения как животных, так и человека. Открытия Э.Торндайка были истолкованы как законы образования навыков. Таким образом, Э.Торндайк изучал на животных законы интеллекта как **научения**. При этом под интеллектом имелась в виду выработка организмом «формулы» реальных действий, позволяющих успешно справиться с проблемной ситуацией. Вводился в обиход «вероятностный стиль мышления»: в органическом мире выживает лишь тот, кому удаётся, «пробуя и ошибаясь», отобрать наиболее выгодный из многих возможных вариант реакции на среду.

Сложное поведение животных и человека бихевиоризм рассматривал как совокупность двигательных реакций (R) в ответ на внешние воздействия – стимулы (S). $S \rightarrow R$ – такова формула бихевиоризма. Достижением бихевиоризма стала разработка экспериментальных методик, основанных на контроле внешних воздействий и реакции организма на эти воздействия. Согласно бихевиоризму человек при рождении имеет определённое количество врождённых схем поведения, над которыми надстраиваются более сложные формы – «регуляторы поведения». Удачные реакции закрепляются и в будущем имеют тенденцию к воспроизведению. Закрепление реакций происходит по «закону упражнений» – в результате многократного повторения они автоматизируются. Американские бихевиористы проводят параллель

между периодами развития ребёнка и предполагаемыми эпохами развития первобытного общества.

В рамках бихевиоризма были установлены многие закономерности выработки навыков. Но были игнорированы важнейшие компоненты действия – мотивация и психический образ действия как ориентировочная основа его реализации. Из психологии полностью исключался социальный фактор. Мозг рассматривался как «чёрный ящик».

Идеи бихевиоризма получили развитие в трудах других американских психологов – Э. Толмена и К. Халла. Эдвард Толмен разработал концепцию, в которой пытался соединить идеи бихевиоризма, гештальтпсихологии и фрейдизма. Схему поведения «стимул—реакция» Толмен превратил в целостный акт, который включал в себя в качестве опосредствующего звена «промежуточные переменные»: мотив, цель, познавательные структуры.

Классиком необихевиоризма считается и Кларк Халл. Он также отстаивал необходимость введения в объяснение поведения по принципу «стимул-реакция» факторов, опосредствующих двигательную реакцию на раздражитель. Халл пытался подойти к анализу поведения строго математически. Современным представителем бихевиоризма является американский психолог Берхус Скиннер. Он считает, что психология должна ограничиться описанием внешне наблюдаемых закономерных связей между стимулами, реакциями и подкреплением этих реакций. Скиннер известен как автор концепции «оперантного» (от слова «операция») научения, объясняющей механизмы формирования нового опыта. На этой основе он разрабатывает способы управления поведением человека. Однако в 50-е годы XX века произошла обшая дискредитация бихевиоризма. Основной причиной этого был антиментализм бихевиористов, их невнимание к внутреннему психическому миру человека.

Гештальтпсихология

Другой влиятельной концепцией в психологии XX века стала гештальтпсихология. Это направление появилось в Германии. В 1912 году во Франкфурте-на-Майне под руководством М.Вертгеймера возникла новая психологическая школа – гештальтпсихология (от нем. «gestalt» – форма, структура). В неё входили известные психологи В.Келер и К.Коффка. В опытах М.Вертгеймера по восприятию было установлено, что в составе сознания существуют целостные образования (гештальты), не разлагаемые на сенсорные первоэлементы, т.е. постулировалось, что психические образы – это не комплексы ощущений. Немецкие ученые в своей психологической теории опирались на представление о целостности психических явлений. Принцип научности был главным в их исследованиях. Естественные науки выступали в качестве образца.

Макс Вергеймер критиковал ассоциативное направление в психологии и экспериментально доказал, что сознание строится из целостных образов (гештальтов), неразложимых на отдельные сенсорные элементы.

Курт Коффка также был одним из основателей гештальтпсихологии и дал фундаментальный анализ и изложение этого направления. При этом он первым среди гештальтпсихологов обратился к проблемам развития ребенка.

Вольфганг Келер считал, что психологическое знание следует строить по образцу физического, поскольку процессы в сознании и организме находятся во взаимно однозначном соответствии. Руководствуясь этой идеей, он распространил понятие о гештальте на головной мозг. В опытах на животных Кёллер доказал роль инсайта (видения ситуации в целом) в успешном решении интеллектуальных задач. Идеи Курта Левина также были близки к гештальтпсихологии. Он наиболее известен как автор концепции динамической системы поведения – теории «поля». Под «полем» он понимал целостное «жизненное пространство», описываемое геометрической моделью, в котором развертывается человеческая активность.

Прогрессивное значение гештальтпсихологии состояло в преодолении ею «атомизма» в психологии – представления о том, что образы сознания строятся из кирпичиков ощущений. Существует некая изначальная упорядоченность сенсорно-интеллектуальных структур. Макс Вертгеймер стал приверженцем деятельной сущности сознания: сознание активно, посред-

ством определённых действий оно строит свои образы внешнего мира, опираясь на изначально имеющиеся структуры – гештальты.

В исследованиях гештальпсихологов было открыто более ста закономерностей зрительного восприятия, среди которых наиболее известные: «апперцепция» (зависимость восприятия от прошлого опыта, от общего содержания психической деятельности человека), взаимодействие «фигуры и фона», «целостность» и «структурность» восприятия, «прегнантность» (стремления к простоте и упорядоченности восприятия человека), «константность» восприятия (постоянство образа предмета несмотря на изменение условий его восприятия), «близости» (тенденция к объединению элементов, смежных во времени и пространстве), «замыкания, завершения» (тенденции к заполнению пробелов между элементами воспринимаемой фигуры).

Адаптивные формы поведения объяснялись универсальным понятием «инсайта» (от англ. «insight» – озарение) – внезапным схватыванием отношений при решении проблемных задач. Но, к сожалению, гештальтисты пытались объяснить сознание, исходя из него самого.

Глубинная психология как направление психологии XX столетия включает целый ряд концепций, в основе которых лежит положение о ведущей роли бессознательных, иррациональных, инстинктивных процессов и побуждений. К этому направлению относятся З. Фрейд, о котором речь уже шла выше, а также неопрейдисты А. Адлер, К. Юнг. Характерной особенностью глубинной психологии была ее направленность на решение практических задач. В 1895 году заведующий кафедрой нервных болезней Венского университета Зигмунд Фрейд, работая над «Проектом программы научной психологии», пришёл к необходимости теоретически осмыслить свой опыт врача невропатолога, который не укладывался в рамки традиционной трактовки сознания. Психоанализ Фрейда оказал явно или неявно влияние почти на все современные психологические теории.

Ортодоксальный психоанализ был основан Зигмундом Фрейдом на рубеже XIX и XX столетий, т.е. именно в период ломки традиционных для того времени представлений о психике и психических процессов. Господствующий методологический принцип в психологии и медицине отражал локационистский подход фон Вирхова, т.е. поиск конкретного «полома», соответствующего любому болезненному явлению. Возникновение новых направлений в психологии, социологии и философии обнажало узкое, примитивное толкование причинно-следственных связей локационистского подхода. Проблема неосознаваемых (бессознательных) психических процессов стало предметом пристального внимания исследователей.

Австрийский психолог Альфред Адлер создал научную школу под названием «индивидуальная психология». В своем учении он отстаивал принципы внутреннего единства психической жизни личности, считал, что нет жесткой границы между сознанием и бессознательным. Основными движущими силами развития личности, по мнению Адлера, являются стремление к превосходству, успеху, совершенству, а также чувство общности, выражающееся в готовности сотрудничать с другими людьми для достижения общих целей.

Швейцарский психиатр и психолог Карл Густав Юнг был последователем Фрейда, но в дальнейшем отошел от фрейдизма. Он утверждал, что помимо индивидуального подсознательного существует также коллективное бессознательное как наследуемый опыт предшествующих поколений. Система его психологических знаний получила название «аналитическая психология».

К психоаналитическому направлению в психологии причисляется и немецко-американский психолог Эрих Фромм. Он считается наиболее социально-ориентированным из всех психоаналитиков, так как для него социальное окружение – не просто условие, но важнейший фактор развития личности. Фромм подчеркивал, что наибольшее значение для него имели идеи Маркса и Фрейда, которые он и хотел объединить в своей теории. Работы Фромма заложили основы направления в западной психологии, получившего название фрейдомарксизма. В своих работах он пытался соединить идеи Фрейда не только с Марксом, но и с Адлером, и гуманистической психологией.

Важная роль в развитии психологических знаний в начале XX века принадлежит русским ученым, хотя явного тяготения к каким-либо психологическим школам у них не было. Александр Федорович Лазурский много занимался проблемами изучения характера человека, одним из первых начал проводить исследования личности в естественных условиях деятельности.

Русский психолог Николай Николаевич Ланге стал одним из лидеров экспериментальной психологии в России. Разработал на экспериментальной основе концепцию стадийности восприятия, моторную теорию внимания.

Особенно заметную роль в истории русской психологии играл Георгий Иванович Челпанов. Более всего он известен как основатель первого и старейшего в России психологического института, который был создан в 1912 г. Челпанову принадлежат работы по восприятию пространства и времени, а также труды по экспериментальной психологии.

Выдающимся направлением психологии XX века является **генетическая психология**. Основателем его считается швейцарский психолог Жан Пиаже. Он создал Женевскую школу генетической психологии, которая изучала умственное развитие ребенка, происхождение интеллекта, формирование у ребёнка таких фундаментальных понятий, как пространство, время, причинность. Пиаже и его сотрудников интересовали особенности детской логики, механизмы познавательной деятельности ребенка.

В середине XX века появилось новое направление – **гуманистическая психология**. «Гуманистическая психология» – это собирательное понятие, которое охватывает целый ряд достаточно разных школ, направлений, движений и подходов. Одним из основателей считается американский психолог Карл Роджерс. Он отказался от карьеры священника, к которой готовился с юности, и увлекся психологией. В дальнейшем работал в качестве практикующего психолога и профессора в университете. В своей теории личности Роджерс описывает определённую систему понятий, характеризующих представления человека о себе и своих близких. Важнейшее место в ней занимает «Я-концепция». В этой связи описывается и терапия, помогающая человеку изменить себя и свои отношения с другими. Идея ценности и уникальности человеческой личности стала центральной для Роджерса, как и для других представителей гуманистической психологии. Его открытия связаны не только с новым взглядом на самоактуализацию и самооценку человека, но и с его подходом к психокоррекции. Он считал, что психотерапевт не должен навязывать своего мнения пациенту, а должен подводить его к правильному решению, которое пациент принимает самостоятельно. Таким образом были созданы основы недирективной психотерапии.

Представителем гуманистической психологии считается и другой выдающийся американский психолог Абрахам Маслоу. Он пришел к выводу о необходимости формирования третьего психологического направления, альтернативного психоанализу и бихевиоризму. Его собственная теория имела ключевое понятие – «самоактуализация», одно из центральных в концепции гуманистической психологии. Цель личностного развития – стремление к росту, к самоактуализации, в то время как остановка личностного роста – смерть для человека как личности, для его «самости».

Однако взгляды основателей гуманистической психологии характеризуются существенными расхождениями. Например, Гольдштейн, Маслоу и Роджерс говорят о том, что человеку присуща некая внутренняя сила – тенденция к самоактуализации, направляющая его развитие в сторону наиболее полного раскрытия, разворачивания заложенных в нём возможностей, сил и способностей. Это как бы основная идея ведущего гуманистического подхода к личности. Но в рамках этого же движения есть авторы, в частности такие как Ролло Мэй, Олвин Марер, Рональд Лэнг, которые принадлежат так называемому «экзистенциальному» ответвлению в гуманистической психологии. Они считают, что таких сил нет, а направление развития человека определяется исключительно выборами, которые он делает. Это противопоставление является одним из, может быть, наиболее ключевых противопоставлений, потому что это различие взглядов, на которое обратил внимание Роуэн, является одним из основных критериев, по которым можно отличить «экзистенциальное» направле-

ние в рамках гуманистической психологии от направления, которое условно можно обозначить словом «личностно-центрированное».

Об этой так называемой «экзистенциальной психологии» у нас известно то, что ярким представителем экзистенциальной психологии является Виктор Франкл, автор психотерапевтической модели «логотерапия». Были изданы философские работы Мартина Бубера, в том числе его ставшая уже классической книга «Я и Ты», которая хоть и не является собственно психологической, но служит одним из основных «писаний» для экзистенциальных психологов, и столь же основополагающая философская книга П.Тиллиха «Мужество быть». Наконец, одна из первых книг Ролло Мэя – блестящее пособие по психологическому консультированию, написанное с позиций экзистенциального подхода к человеку. Говоря о том, что представляет из себя направление экзистенциальной психологии, чаще всего начинают ссылаться на экзистенциальную философию – на Хайдеггера, Ясперса, Сартра и прочих. Однако экзистенциальная психология представляет собой достаточно самостоятельный пласт материалов, совершенно отличный от экзистенциальной философии и имеющий свои собственные теоретические традиции, то есть теоретическим обоснованием экзистенциальной психотерапии является не философия экзистенциализма, а обширные теоретические разработки именно в рамках психологии.

В начале 60-х годов XX века в научной психологии произошла поразительно быстрая смена интересов и теоретической ориентации западной экспериментальной психологии. Зародилось новое направление – **когнитивная психология**. Термин «когнитивный» означал возросший интерес к изучению познавательных (когнитивных) процессов. Связано это было с интенсивным развитием кибернетики, математического моделирования, с появлением электронно-вычислительных машин (ЭВМ). Познавательные процессы рассматривались по аналогии с ЭВМ как процессы переработки информации. Одним из лидеров нового направления стал американский психолог Ульрих Найссер. В исследованиях Найссера познание человеком окружающего мира, осуществляемое в процессе восприятия, памяти, воображения, мышления, рассматривается как активный процесс усвоения информации внутренними структурами опыта. Когнитивная психология до сих пор остается самым влиятельным направлением исследований в мировой психологической науке.

2.3. Вклад отечественных ученых в психологическую науку

Из концепций **отечественной психологии** наибольшую известность в мировой психологии XX века получили работы А.Р. Лурия в области нейропсихологии, культурно-историческая теория развития Л.С. Выготского и психологическая теория деятельности А.Н. Леонтьева.

Значительным явлением русской психологии в первой половине XX века стало создание культурно-исторической концепции развития психики. Её автор – выдающийся отечественный психолог Лев Семенович Выготский – разработал учение о развитии психических функций в процессе освоения человеком ценностей культуры. Хотя ранняя смерть не позволила Выготскому реализовать многие перспективные программы, его идеи наметили принципиально новый подход к коренным вопросам формирования личности. Это существенно обогатило практику обучения и воспитания нормальных и аномальных детей. Мировая психология познакомилась с трудами Выготского только во второй половине XX века и по достоинству оценила его вклад в психологическую науку. Идеи Выготского получили развитие в работах его учеников А.Р. Лурия и А.Н. Леонтьева.

Большое влияние на развитие психологии в XX веке имели труды Александра Романовича Лурия по нейропсихологии. Его исследования по проблемам системной локализации высших психических функций, их нарушений при локальных повреждениях мозга, разработка системы методов нейропсихологической диагностики получили мировую известность и стали важнейшей основой такой науки как нейропсихология.

Важное место в истории психологии второй половины XX века занимает **деятельностный подход** Алексея Николаевича Леонтьева. В 1920-х годах А.Н. Леонтьев начинал работать вместе с Л.С. Выготским и А.Р. Лурия, получив экспериментальные подтверждения идей Выготского на материале развития памяти, внимания и мышления. В дальнейшем он разработал собственную психологическую концепцию, известную в науке под названием психологической теории деятельности, или деятельностного подхода в психологии. Это и составило основу научной школы А.Н. Леонтьева, в рамках которой проводились многочисленные исследования в различных отраслях психологии (детской, педагогической, медицинской, социальной). Эта школа, развивающая идеи Л.С. Выготского, и сегодня остаётся наиболее авторитетной в отечественной психологии. К ней принадлежат многие ведущие отечественные учёные, продолжающие разработку психологии деятельности.

Печальным фактом истории отечественной психологии в XX веке была её изолированность от мирового психологического сообщества. Если до начала 30-х годов ещё сохранялись контакты российских психологов с их зарубежными коллегами, то после 1929 г. эти связи стали сокращаться, и «железный занавес» опустился в середине 30-х годов. Затем психология в России стала «невъездной» и подвергалась гонениям за малейшие попытки обратиться к иностранной литературе, теориям, зарубежному опыту.

Первые признаки позитивных сдвигов появились с середины 50-х годов, возобновились контакты советских психологов с зарубежными коллегами. Кульминационным пунктом в этом процессе явилось проведение в Москве в 1966 г. XVIII Международного психологического конгресса, на который приехали крупнейшие психологи Западной Европы и Америки. Международные контакты советской психологической науки стали систематическими.

Но только во второй половине 80-х годов произошел кардинальный поворот, были сняты идеологические барьеры, отечественная психология стала интегрироваться в мировое сообщество психологов.

2.4. Определение понятия «психика»

Психика возникла и сформировалась как способность живых организмов активно взаимодействовать с окружающим миром. В процессе эволюции психические механизмы адаптации организмов к среде неразрывно совершенствовались. Они своё историческое развитие от коацерватов до человека, от ассимиляции-диссимиляции, через стадии «сенсорной чувствительности» и «перцептивной чувствительности» психики к «элементарным мыслительным действиям».

На стадии человека они превратились в мощный аппарат знакового, понятийного моделирования действительности – сознание как особую форму психики, порождённую общественным способом его существования.

Однозначного общепринятого определения «психики» не существует. Но в настоящее время можно и необходимо привести некоторые определения, применяемые в науке. Прежде всего, следует сказать о том, что для объяснения и понимания психики часто применяют принцип (или механизм) «отражения».

Схематически можно изобразить:

Отражаемое → Отражающая система → Отражённое

В начале XX века исследования психологов показали, что отражение окружающего мира – не пассивный процесс, что воздействие объектов окружающей реальности связано с активностью самого человека. Конечно, характер активности, деятельности человека, её направленность, содержание в значительной степени определяют процесс отражения. Вместе с тем это воздействие объектов реальности, результатом которого является психика, зависит от промежуточного звена – организма и его нервной системы. Воздействие преломляется в соответствии с особенностями личности человека и происходит субъективная переработка отражённого объективного мира. Таким образом, теперь речь идёт не о том, чтобы установ-

ливать свойства либо самого организма, либо свойства окружающей его физической и социальной среды, а о том, чтобы изучать целостный процесс, составными частями которого и являются эти свойства. Взаимодействие организма и среды подразумевает ответные реакции, и они не могут быть предугаданными, если исследователь станет исходить из изучения одного из этих компонентов. Диалектический подход дал возможность понять в единстве живое существо и его среду, их постоянное взаимовоздействие. Особенно наглядно это проявляется в общей психопатологии, психогенезе заболеваний, изменениях личности при неврозах, в вопросах психотерапии и психопрофилактики.

Исходя из сказанного, уже можно сделать вывод: психика человека – это отражательно-регуляционная деятельность, которая на основе единой функциональной нейропсихологической системы обеспечивает активное взаимодействие с окружающим миром и присвоение общечеловеческого опыта. Или психика – это отражение объективно существующего мира в его связях и отношениях. При этом психика, конечно, является не простым зеркальным отражением или пассивным механическим копированием мира, а сигнальным отражением действительности: внешние признаки предметов и явлений служат для человека сигналом их общепринятого среди людей значения и своего собственного личностного смысла. Это специфические особенности именно человеческой психики – его сознания.

Очевидно, что психика человека обеспечивает поиск и избирательные контакты субъекта с действительностью – в зависимости от системы его потребностей и распознавания в окружающей среде того, что удовлетворяет эти потребности. Это субъективное избирательное отражение объективного мира, потому что всегда принадлежит субъекту (человеку) и зависит от его субъективных особенностей.

При ознакомлении с данным материалом возникнуть ощущение терминологической двойственности: существует и активно применяется в обиходе слово «душа», давнее название целой науке, так как говорят «душевные переживания», «душевные волнения», «...для души», «душевные болезни», «духовность». Но вместе с тем используются термины «психика», «психические явления», «психическая жизнь» в недвусмысленных определениях. Почему же психология – это наука о душе, коль скоро мы повсеместно применяем понятие «психика»; и наоборот, почему нередко применяется понятие «душа» при рассмотрении проявлений психики? Каково же их реальное соотношение?

Душа в повседневной жизни подразумевается как совокупность не всегда осознанных побуждений, некая ненасыщаемая сфера желаний и интенций живого существа – человека. В науке «душу», в отличие от индивидуального духа, рассматривают как совокупность тесно связанных с жизнью организма явлений, в частности, чувств и стремлений человека. В её определении звучат характеристики надиндивидуальной, внеорганической, надприродной субстанции. Однако, тем не менее, не стоит забывать, что носителем «души» является конкретный человек. В истории психологической науки «душа» есть понятие, выражающее изменяющиеся воззрения на психику и внутренний мир человека как особую нематериальную субстанцию, независимую от тела: это как бы особая сила, обитающая в теле человека, животного и даже растения, и покидающая его во время сна или в случае потери сознания или смерти. Если обратить внимание, то можно обнаружить сходство таких слов как «душа» и «дух», «дышать». Видимо, наблюдения древних людей друг за другом привели к выводу, что в момент смерти человек перестаёт дышать, а, следовательно, вместе с дыханием его покидает и эта субстанция, дающая ему возможность жить. Затем такая же участь постигла и кровь, поскольку её большая и длительная потеря также приводила к смертельному исходу. Так помещали душу человека в кровь, в сердце. По Платону душа является нематериальной и предшествует существованию живого организма. Для Канта душа «есть предмет внутреннего чувства в его связи с телом», но ни в коей мере не субстанция. Спенсер в 1855 году предпочёл «видеть» душу, подчинённую принципу необходимого ступенчатого наследования всякой духовной силы и способности. По Декарту душа определялась по единственному признаку – непосредственной осознаваемости своих явлений, которые в отличие от явлений природы лишены протяжённости. Мышление – вот единственный декартовский атрибут ду-

ши, она всегда мыслит, всегда знает о своих «содержаниях», зримых изнутри. Освобождение живого тела от души было поворотным, и в то же время трагическим и для сегодняшнего дня психологии, событием в научных поисках реальных причин всего, что совершается в живых системах, в том числе реальных причин возникающих в этих системах психических феноменов ощущения, эмоций, воли. При этом не только тело освобождалось им от души, но и душа освобождалась от какого бы то ни было тела. Тело может только двигаться, душа – только мыслить. И трагизм заключался в том, что, оторвав многие сотни лет назад душу от тела, человек до сих пор небрежно обращается с себе подобным как бездушным объектом.

Для современных воззрений характерно отождествление души по большей части с бессознательными явлениями и выражением таких структурных качеств микрокосмоса, которые «сообщают» его частям положения важности и их динамику. Поэтому в настоящее время понятием «душа» обозначают внутренний мир человека, иногда подменяют им такой феномен как самосознание индивида. Сегодня «душе» предназначено иметь самое прямое и достоверное (какое только может быть) знание субъекта о собственных актах и состояниях, незримых ни для кого другого. Она действительно не имеет материального воплощения и относится к чему-то глубинному или высокому, но недостижимому, хотя всё-таки неразрывно существующему вместе с живым организмом, с самой телесной жизнью человека. Душа не отторжима от тела человека, не существует вне его, но она также и не тождественна его телу, не является чем-то идентичным биологическому организму. Она скорее отлична, чем сколько-нибудь похожа на него.

Сегодня наука вновь обратилась к описанию и пониманию не абстрактной души, которой можно наделять любой живой и неживой объект окружающего мира (биопсихизм, панпсихизм), а к истинно человеческой душе, духовности человека, прилагающего свои жизненные силы в сфере оказания профессиональной помощи другим людям. Таким образом, сегодня всё чаще говорят о духовности специалиста работающего с людьми – управленца, руководителя, воспитателя, экономиста, врача, что немаловажно и для душевного состояния самого профессионала. Пожалуй, немного существует профессий, в которых духовно-ценностный подход к профессиональной деятельности оказывал бы такое влияние на индивидуальную судьбу профессионала и судьбу другого человека.

Как научную абстракцию, и как реальное явление можно принять то, что *психика человека* – это субъективный образ объективного мира. Точнее, человеческая психика – это целая система субъективных образов реальности. А в качестве предмета, который интересует психологию как науку, человеческая психика представляет собой внутренний субъективный мир человека, имеющий свои законы становления и функционирования, субъективность которого неразрывно связана с объективной реальностью окружающего мира.

Понятие образ, фигурирующий в исследованиях феномена психики, является одним из основных научных категорий психологии. Психический образ – это целостное отражение относительно самостоятельной (дискретной) части действительности; это информационная модель действительности, используемая человеком для регуляции своей жизнедеятельности. *Психические образы идеальны, поскольку мир представлен в них общезначимыми, идеальными формами.* Они могут быть первичные и вторичные. Возникают психические образы не в результате одномоментного отражения мира как на фотоснимке, а в результате активного построения, конструирования (поэтому нередко понятие «образ» в новейшей психологии заменяют понятием «конструкт»).

Психические образы дают возможность схематизации, концептуализации действительности. Они пластичны, т.е. дают возможность совершать с ними определённые мысленные действия, «проигрывать в уме», осуществлять образное мышление; они функционируют в контексте данной, выполняемой человеком деятельности.

До сих пор не утихают споры по поводу того, является ли психика субстанцией или субстратом. С одной стороны, этимологически понятие психе, душа означает сущность какой-либо вещи, предмета, объекта, отражение вещи в её объективных связях и отношениях к окружающей действительности, и, следовательно, может считаться субстанцией (первоосно-

вой). Некоторые современные физики полагают, что психика состоит из мельчайших ядерных частиц – «микролептонов». С другой стороны, издревле так же психику связывали с процессом дыхания и его субстратом – воздухом, с процессом питания, с мельчайшими атомами и т.д., а врождённая или приобретённая неполноценность функционирования мозга однозначно приводит к неполноценности функционирования психики. Исходя из подобных посылок, психофизиологи полагают, что психика есть продукт мозга, и он – основа психического в человеке. Всё это свидетельствует в пользу того, что психика является субстратом (или имеет свой субстрат). Однако проблема так до конца и не решена.

Действительно, нервная система является органом или одним из органов психики и деятельностью мозга обеспечивается психическая деятельность; нарушения мозговых функций провоцируют нарушения психики человека. В то же время световое воздействие вещи на зрительный нерв воспринимается не как внутреннее раздражение самого нерва, а как объективная форма вещи, находящейся вне глаз человека. То есть, психические свойства являются результатом нейрофизиологической деятельности мозга, однако содержат в себе характеристики внешних объектов, а не внутренних физиологических процессов, при помощи которых психическое возникает. Преобразование сигналов совершается в мозге, но воспринимаются человеком как события, разыгрывающиеся вне его организма, во внешнем пространстве и мире. Именно этой дихотомией можно объяснить возникновение «психофизиологической проблемы», которая может служить главной линией в истории смены представлений о психике. В теории психофизиологического параллелизма она решалась следующим образом: психическое и физиологическое составляют два ряда явлений, которые звено за звеном соответствуют друг другу, но в то же самое время как две параллельные линии никогда не пересекаются, не влияют друг на друга. Таким образом, предполагается наличие души, которая связана с телом, но живёт по своим законам. В теории механического тождества, напротив, утверждается, что психические процессы по сути есть физиологические процессы, то есть мозг выделяет психику, мысль подобно тому, как печень выделяет желчь, а станок производит детали. Таким образом, психика отождествлялась с нервными процессами, без выделения качественных различий между ними. Поэтому единственное, что можно сказать с уверенностью: психику нельзя свести просто к нервной системе, характеристики психического не выводятся только из закономерностей функционирования мозга, реализующего эти процессы.

В теории психофизиологического единства утверждается, что психические и физиологические процессы возникают одновременно, но они качественно различны. При этом психические явления соотносятся не с отдельными нейрофизиологическими процессами, а с целым рядом организованных совокупностей таких процессов. Именно поэтому психика – это системное качество, реализуемое через многоуровневые функциональные системы мозга, которые формируются у человека в процессе жизни и овладении им исторически сложившихся форм деятельности и опыта человечества через собственную активную деятельность. Важная особенность психики человека – человеческая психика не дана в готовом виде с момента рождения человека и не развивается сама по себе; не появляется сама по себе человеческая душа, если ребенок изолирован от людей. Только в процессе общения и взаимодействия ребенка с другими людьми у него формируется человеческая психика. В противном случае, при отсутствии общения с людьми у ребёнка ничего человеческого ни в поведении, ни в психике не появляется (феномен Маугли). Таким образом, специфически человеческие качества (сознание, труд, речь и пр.), т.е. собственно человеческая психика формируется у человека только прижизненно в процессе усвоения им культуры, созданной предшествующими поколениями людей. Таким образом, психика человека предполагает взаимосвязь, по меньшей мере, трех элементов:

- ▶ внешний мир;
- ▶ полноценная деятельность мозга;
- ▶ взаимодействие с людьми, активная передача новым поколениям человеческой культуры, человеческих способностей.

К сожалению, история поиска и определения предмета психологии как науки была представлена изучением психики вообще, но не психики человека. Именно поэтому стал возможным, в частности, прямой перенос закономерностей поведения животных на жизнедеятельность человека, как это случилось в бихевиоризме. В подобных случаях психика человека теряла свою сугубо человеческую специфику, из психологии человека, из науки о человеческой душе собственно сама душа была изгнана.

Возможно ли сегодня построение антропологической психологии (антропopsихологии), т.е. психологии человека, которая может изучать не психику вообще, а строить именно психологию человека? Возможно ли в психологической науке объединение разных образов в целостность и уникальность конкретного человека, как это делает житейская психология, религия, литература, поэзия, с той же строгостью и доказательностью законов, как и в других науках?

Ответ на вопрос о природе психики можно обнаружить в следующей попытке: попытайтесь представить и проанализировать какое-либо своё психическое состояние, например огорчение, страх, плохое настроение, и постарайтесь обнаружить его причину. В результате внутреннего сосредоточения вы можете прийти к выводу, что причина вашего настроения или огорчения лежит вне вас, в окружающем мире, в отношениях с другими людьми, в особенностях вашей деятельности или поведения. Этот факт демонстрирует существенную особенность всех явлений внутреннего мира человека – их связь с внешним миром, неотторжимость от него. Всякое психическое явление получает свою определённую и своё содержание через связи и отношения человека с окружающей действительностью.

Это положение имеет принципиальное значение для понимания «субъективной реальности» любого человека. Что такое «субъективная реальность» человека? К сожалению, её часто трактуют так: субъекту доступны только явления его сознания, которые он может воспринимать посредством самонаблюдения; они недоступны для внешнего наблюдения и закрыты для объективного познания.

Однако наш собственный опыт и научно-психологические данные говорят о том, что психическое достаточно точно ориентирует нас во внешнем мире. Поэтому относить психические явления только к внутренним явлениям психического в человеке ошибочно: психическое столь же внутренне, сколь и внешне.

Таким образом, *психика – это субъективное, сигнальное, социально обусловленное отражение действительности в системе идеальных образов, на основе которых осуществляется активное взаимодействие человека со средой.* Функции психики – способность к адаптации организма к среде, ориентации в ней и регуляции своей деятельности и поведения.

2.5. Структура психики в традициях отечественной психологии

Если учесть, что психика – понятие абстрактное, не сводимое к однозначно выраженной материальной форме, и что проблема психики как субстанции или субстрата до конца не разрешена, то по каким признакам можно обнаружить её существование? В чём или как психика может проявляться в реальной действительности?

Психика человека всегда активна и существует как *психическая деятельность*. Именно в процессе *психической деятельности* происходит отражение человеком действительности и регуляция им своего поведения. Иными словами, основные проявления *психики, психической деятельности* – это психические процессы формирования идеальных психических образов и процессы психической регуляции поведения и деятельности живого организма, человека. Основные функции психики – отражение объективной реальности и регуляция деятельности и поведения человека. Поэтому одной из главных, и в то же время конкретных функций психической деятельности человека является управление своим поведением и эмоциональными состояниями. Стало быть, она должна осуществляться в некотором смысле как

процесс управления и должна быть организована как система самоуправления. Именно этот новый парадигмальный подход в психологии XXI века позволяет утверждать, что *психика и психическая деятельность понимается с позиций системного подхода как открытая динамическая система самоуправления целенаправленной жизнедеятельностью, присущая живому организму*, а психология – как наука о самоуправлении целенаправленной жизнедеятельностью организма. Основными положениями отечественной материалистической психологии были следующие определения, касающиеся психики в науке:

- ▶ Психика возникла на определённой стадии развития материи – стадии появления животных организмов и представляла собой отражательно-регуляционный механизм их приспособительного поведения. По мере эволюционного развития животных развивалась и их психика.
- ▶ Психика человека, точнее его сознание – это высший этап развития психики, её возникновение обусловлено (с материалистической точки зрения) трудовой деятельностью и условиями коллективного общения.
- ▶ Психика человека формируется в его активной деятельности. Закономерности психики, психической деятельности – это закономерности перехода внешнего взаимодействия с предметами в психический образ, и психического образа в регулируемое им действие.
- ▶ Психика опосредована деятельностью головного мозга человека, но сама по себе она – явление идеальное, обусловленное нематериальными социокультурными факторами жизни людей.
- ▶ Психические явления имеют определённую структуру и системную организацию (взаимосвязанность и взаимозависимость).

Последний пункт прямо указывает на то, что все психические явления, все элементы психической деятельности неразрывно связаны друг с другом. Такими элементами традиционно принято считать психические процессы, психические состояния, психические свойства. Поэтому для того чтобы понять сущность психики как феномена, необходимо исключительно в учебных целях условно «разделить» психику человека на разные её составляющие, не забывая при этом, что психика человека неразрывна, целостна и неделима в реальной жизни человека на отдельные части. Традиционно в философии или религии это делали, разделяя психическую деятельность на несколько составляющих: разум, чувства, желания, воля.

Психические процессы следует рассматривать как базовые явления; психические состояния – как временную модификацию психических процессов; психологические свойства человека – как типологическую модификацию психических процессов.

Психические процессы – это отдельные целостные акты психической деятельности (отражения внешнего и внутреннего мира, регуляции деятельности и поведения) человека. Каждый психический процесс имеет свой объект отражения, свою регуляционную специфику и свои закономерности. Психически процессы представляют собой исходную группу психических явлений: на их основе формируются психические образы. Психические процессы – активное взаимодействие субъекта с объектом отражения, система специфических действий, направленных на его познание и взаимодействие с ним.

Психические процессы подразделяются на: 1) познавательные (ощущение, восприятие, мышление, воображение, память); 2) волевые; 3) эмоциональные. Таким образом, психическая деятельность человека – это совокупность познавательных, волевых и эмоциональных процессов.

Психические состояния – это временное (текущее) своеобразие психической деятельности человека, связанные с личностной значимостью отражаемых объектов и отношением к ним. Психические состояния представляют собой относительно устойчивую интеграцию всех психических проявлений человека при определённом его взаимодействии с действительностью. Психические состояния проявляются в общем функциональном уровне психической активности в зависимости от направленности деятельности человека в данный момент и его личностных особенностей.

Все психические состояния подразделяются на: 1) мотивационные (исходящие от потребностей установки, желания, интересы, влечения, страсти); 2) эмоциональные (тон ощущений, эмоциональный отклик, настроение, конфликтно-пограничные эмоциональные состояния – стресс, аффект, фрустрация); 3) волевые (состояния инициативности, целеустремленности, решительности, настойчивости и т.д.); 4) состояния общей организованности сознания (внимание, психическое напряжение, работоспособность, утомленность); 5) пограничные психические состояния (кризисные состояния личности, реактивные состояния, невротические состояния, акцентуации характера, психопатии, задержки умственного развития, состояния нарушенного сознания).

Психические свойства личности человека – это типичные (устойчивые) для каждого индивида особенности его психики, особенности реализации его психических процессов, индивидуальное своеобразие его психической деятельности. К психическим индивидуально-личностным свойствам относятся: 1) темперамент; 2) характер; 3) способности; 4) направленность личности (интересы, идеалы, убеждения, мировоззрение).

Для более адекватного и полного представления структурных элементов, составляющих психику личности, необходимы знания этой структуры. В отечественной психологии принята следующая структура психики.



Рис. 2.1. Структура психики в отечественной психологии

При этом указанные в структуре психики личности компоненты представляют собой:

- **психические процессы** – это психические явления, обеспечивающие первичное отражение и осознание личностью воздействий окружающей действительности;
- **психические свойства** – это наиболее устойчивые и постоянно проявляющиеся особенности личности, обеспечивающие определенный уровень поведения и деятельно-

сти, типичный для нее. Различают следующие свойства личности: направленность, темперамент, характер и способности;

- **психические состояния** – это определенный уровень работоспособности и качества функционирования психики человека, характерный для него в каждый данный момент времени;
- **психические образования** – это психические явления, формирующиеся в процессе приобретения человеком жизненного и профессионального опыта, в содержание которых входит особое сочетание знаний, навыков и умений.

Такова традиционная классификация психических явлений (проявлений психики), она и лежит в основе построения традиционной психологии как науки и учебного курса. Однако данная классификация страдает искусственным обособлением психических процессов от психических состояний и типологических свойств личности человека: ведь психические процессы – не что иное, как определённые психические возможности человека, психические состояния – не что иное, как текущее своеобразие этих возможностей, а психологические свойства – не что иное, как устойчиво-типичное для конкретного человека проявление этих возможностей. Более того, как было сказано выше, все психические явления образуют единую системную организацию – единую системную структуру проявлений психики у человека.

2.6. Феноменология сознания

Человек – существо сознательное. Сознание составляет неотъемлемый атрибут человеческого способа жизни. Специфика сознательного способа жизни человека состоит в его способности отделить в представлении себя, своё «Я» от своего жизненного окружения. сделать свой внутренний мир, свою субъективность предметом осмысления, понимания, главное – предметом практического преобразования. Именно эта способность и определяет границу размежевания животного и человеческого способа бытия. Эту способность назвали рефлексией, понимая её как сущность, сердцевину человеческого сознания.

Психика человека, его сознание как внутренний субъективный мир является сложным психическим образованием. В его структуру входят многочисленные и разнообразные психические явления, без которых сознание не существует.

Если в какой-то краткий момент времени сделать мгновенный срез содержания сознания как на снимке, то можно обнаружить в его сложной структуре а) психические явления, относящиеся к области познания человеком окружающего мира (ощущения, восприятия, представления, понятия), б) психические явления, относящиеся к области эмоциональных проявлений (эмоциональные состояния, чувства) и в) психические явления, относящиеся к области волевых проявлений (стремления, волевые усилия и качества). Но при всех своих качественных отличиях эти формы отражения действительности, формы проявления психики человека находятся в реальном единстве: они органически связаны друг с другом, всегда в каждый данный момент существуют вместе, совершаются в едином акте психической деятельности, так что сознание, несмотря на многогранность его содержания, всегда представляет собой нечто целое, сплошной неделимый «поток сознания».

Трудовая деятельность древнего человека потребовала: 1) осознания человеком значимых совершаемых им трудовых действий; 2) появления знакового обозначения этих значений – слова; 3) социального взаимодействия людей, развития социальной коммуникации и основного средства этой коммуникации – речи.

Через речь сначала устную, затем письменную индивидуальное сознание стало обогащаться достижениями общечеловеческого опыта. Возникает феномен социальной индентификации индивида: он начинает уподоблять себя социуму. С этого момента человек воспринимает мир сквозь призму социальной значимости отдельных явлений. У него формируется способность осуществлять нравственный, т.е. социально значимый самоконтроль. Личности уже под силу самооценка и самоанализ: её поведение становится всё более сознательным,

т.е. регулируемым системой общечеловеческих знаний (со-знанием). Зарождается словесно внушённая, т.е. суггестивная форма поведения человека. Внешние социальные требования интернализируются – у человека формируется способность к внутренней саморегуляции.

Так выглядит механизм становления известных на сегодняшний день науке форм сознания: индивидуальное сознание → групповое сознание (настроение группы, её психологический микроклимат, групповое мнение, позиция, нормообразование, соревнование и т.п.) → общественное или массовое сознание (религиозные, нравственные, эстетические, правовые, политические и философские взгляды людей). Различают в свою очередь четыре формы общественного сознания: наука, соционормативная сфера, искусство, религия, вера.

Итак, **сознание – это психическая саморегуляция человека на основе отражения действительности в социально выработанных формах – понятиях и оценочных суждениях.**

Сознание – это высшая, свойственная только человеку обобщённая форма отражения объективных свойств и закономерностей окружающего мира.

Это позволяет индивиду формировать у себя внутреннюю модель, образ внешней реальности. Поэтому **сознание – это знаковое, понятийное моделирование действительности.**

Что даёт сознание каждому и любому конкретному человеку в его жизни? *Функция сознания заключается в формировании каждым отдельным человеком целей своей деятельности, в предварительном мысленном построении действий и предвидении их результатов.*

Уровни феномена «психического»

Психическая деятельность человека, его психика функционирует на нескольких уровнях:

Бессознательный уровень – врождённая инстинктивно-рефлекторная деятельность. Поведенческие акты на бессознательном уровне регулируются неосознаваемыми биологическими механизмами. Они направлены на удовлетворение витальных потребностей. Однако генетически обусловленная программа поведения человека не автономна, она находится под контролем более высоких и более поздно сформированных мозговых структур. И лишь в отдельных случаях она находится в режиме автономной саморегуляции при структурной локализации в таламусе и гипоталамусе.

Подсознательный уровень – обобщённые, автоматизированные в опыте данного индивида стереотипы его поведения – умения, навыки, привычки, интуиция. Сюда же относится импульсивно-эмоциональная сфера, структурно локализованная в лимбической системе. Здесь формируются неосознаваемые устремления индивида, его влечения, страсти, психологические установки. Это непровольная сфера личности, «вторая натура человека, «центр» индивидуальных поведенческих штампов, манер поведения. Само подсознание может иметь многоуровневую структуру: автоматизмы и их комплексы на нижнем уровне и интуиция – на высшем.

Автоматизмы подсознания – это комплексы стереотипно совершающихся действий в типовых ситуациях, динамические стереотипы – цепные последовательности реакций в привычной обстановке (привычное управление техникой, выполнение привычных обязанностей, манера действий с привычными предметами, речевые и мимические штампы). Всё это образует набор готовых поведенческих блоков, которыми пользуется индивид при регуляции своей деятельности. Эти поведенческие автоматизмы разгружают сознание для более сложной, нестандартной деятельности. Сознание в этом смысле освобождается от постоянного контроля за повторяющимися решениями стандартных жизненных задач.

В подсознание, согласно психоанализу, вытесняются различные комплексы – нереализованные желания, подавленные стремления, различные опасения и беспокойства, амбиции и завышенные претензии и притязания (комплексы Наполеона, нарциссизма, неполноценности, застенчивости и др.).

Подсознательные явления всегда присутствуют в процессах сознания, т.е. процессы, начинающиеся в неосознаваемой сфере, могут иметь продолжение в сознании, и наоборот, сознательное может вытесняться в подсознательную сферу. Имея большой энергетический потенциал, они ответственны за переработку подпороговых воздействий (в частности подпороговых восприятий, формируют неосознаваемые мотивы, эмоционально ориентируют сознание на наиболее значимые стороны деятельности. Подсознание – ещё и сфера внушённых со-

стояний и установок, в том числе высшего нравственного уровня. Перцептивные процессы также связаны с подсознанием. Оно активно включается тогда, когда исчерпываются возможности сознательной деятельности. Подсознательные процессы и явления создают в поле сознания индивида малопонятные для него психологические барьеры и труднопреодолимые влечения.

Таким образом, внесознательная сфера психики человека – глубинная сфера, конгломерат «архетипов», сформированный в процессе эволюции человека. Сновидения, аффект, паника, гипноз, ясновидение, телепатия, фобии, истерические фантазии, тревожность, радостное предчувствие, импульсивность поведения, стрессовые состояния, психическое перенапряжение, интуиция – таков далеко не полный перечень бессознательных и подсознательных явлений.

По поводу интуиции следует заметить, что иногда её называют процессом сверхсознания, но в основном трактуют как процесс мгновенных «озарений» («инсайтов»), комплексного охвата проблемной ситуации, всплывающих неожиданных решений, предвидение событий на основе спонтанного обобщения предшествующего опыта. Однако интуиция возникает не только в сфере подсознания.

Считается, что поведение на подсознательном уровне поддается некоторой коррективке лишь методами психотерапии и гипноза, что было взято на вооружение психоанализом как самостоятельным научным направлением. Созданный Фрейдом психоанализ оказался живучим не в силу своей безупречности, а в силу базовой сущности подсознания в психической реальности человека. Психоанализ обращает внимание на то, что внеосознаваемые сферы психики индивида изначально не являются объектом рефлексии (самоотражения, произвольного самоконтроля). Но при использовании определённых методов, техник и приёмов неосознаваемое можно перевести на осознаваемый уровень психики – на уровень сознания.

Исходя из этого, мы можем сегодня делать вывод, что сознание человеку дано в том числе для того, чтобы свои внеосознаваемые явления сделать по мере возможности осознанными, избавив тем самым свой подсознательный уровень от накопления психотравматических воздействий и комплексов. Следовательно, сознательное и бессознательное – это не противоположности, а частные проявления единого целого, где сознательное есть рефлексивное сознание, а бессознательное – арефлексивное сознание. И если сознание вооружено понятиями, то подсознание – эмоциями и чувствами. На уровне подсознания происходит мгновенная оценка воспринимаемого объекта или явления, их соответствия нормам, зафиксированным в подсознании.

В работах грузинской школы советской психологии по-своему оригинально объясняются психические феномены сознательного и внесознательного. В качестве центрального объяснительного принципа всей психологии выделяется принцип «психологической установки». Под психологической установкой принято понимать целостную модификацию поведения субъекта, его предрасположенность и готовность воспринимать определённым образом окружающую действительность и готовность действовать в её пространстве определённым образом. В установке объединяются сознательная и внесознательная сферы психики человека, где каждая поведенческая ситуация вызывает функционирование ранее сформированных поведенческих комплексов.

Сфера сознания – это сфера знаний, культурной социализации личности. Она в значительной степени контролирует и тормозит инстинктивные влечения и привычки, однако этот контроль ограничен.

Итак, психическая самоорганизация, психическая деятельность индивида, его адаптация и воздействие на внешнюю среду осуществляется тремя основными и относительно автономными программами поведения:

- ▶ эволюционно сформированными бессознательно-инстинктивными;
- ▶ подсознательными субъективно-эмоциональными;
- ▶ сознательными, произвольными логико-семантическими программами.

Сфера сознания является доминантным для поведения личности, две другие сферы психической жизни человека являются фоном для поведения, но в экстремальных ситуациях и в условиях десоциализации индивида они могут перейти в автономный режим функционирования.

Различают многообразные состояния сознания, среди которых выделяют изменённые состояния сознания, отличающиеся общей характерной чертой: отсутствием адекватно отражать реальность, слабой осознанностью действительности, низким контролем сознания за происходящим, узкой направленностью и интенсивной сосредоточенностью внимания на «фигуре» в окружающем мире в ущерб «фону». Среди классификаций состояний сознания по различным критериям приводят:

- ▶ по уровню ясности: состояние ясности и неясности (помрачённости) сознания, его нарушение, потеря сознания;
- ▶ по уровню физической активности: состояния сна, дремоты и бодрствования;
- ▶ по состоянию общей организованности (дезорганизованности) сознания: внимание/невнимательность; психическое напряжение/перенапряжение, работоспособность/утомлённость; творческое озарение, вдохновение активизация/апатия.
- ▶ по динамике сознания: процессы сознания, состояния сознания.

Функциями сознания считают следующие явления:

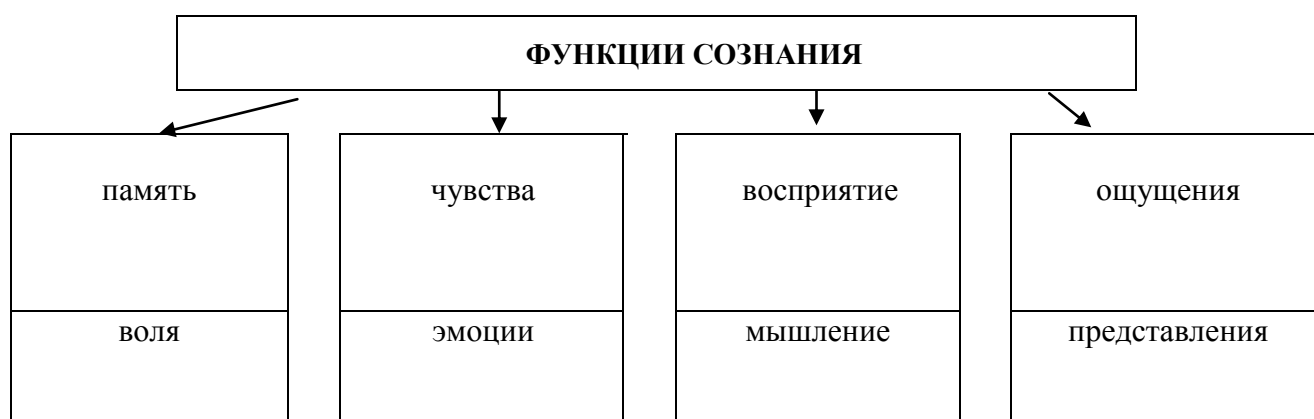


Рис. 2.2. Функции сознания

Перечисленное следует относить скорее к структуре сознания, в то время как в качестве функций сознания выступают следующие:

- познание окружающей действительности;
- отношение к окружающей действительности;
- регуляция поведения и деятельности человека;
- рефлексия (обращение сознания человека на самого себя; в философии – размышление, самонаблюдение, анализ своих мыслей и чувств; в психологии – выход из выполняемой деятельности, исследование возникших затруднений извне, затем критический анализ своей деятельности и проектирование новой деятельности, преодолевающей возникшие затруднения).

Необходимым условием становления рефлексии сознания человека является его самосознание. В этом смысле рефлексия сознания есть разная степень и глубина осознания собственной субъективности.

Самосознание – высший уровень, венец развития сознания человека. Самосознание позволяет человеку не столько отражать окружающий мир, сколько познавать свой внутренний мир, переживать его, относиться к себе определённым образом, выделив себя из мира

внешнего. При этом мерилom для человека в его отношении к себе являются, прежде всего, другие люди. Каждый новый социальный контакт меняет представление человека о себе, делает его более многогранным. Сознательное поведение является не столько проявлением того, каков человек на самом деле, сколько результатом представлений человека о себе, сложившихся на основе общения с ним окружающих людей.

Осознание себя в качестве устойчивого объекта предполагает внутреннюю целостность, константность личности, которая независимо от меняющихся ситуаций способна оставаться сама собой. Ощущение человеком своей единственности поддерживается непрерывностью его переживаний во времени: помнит о прошлом, переживает настоящее, обладает надеждами на будущее. Непрерывность таких переживаний и даёт человеку возможность интегрировать себя в единое целое. Всё это в психологии описывается такими понятиями, как осознание тождественности и непрерывности своего «Я», структурное единство личности, эго-идентификация, «Я-образ», и т.п.

Среди главных функций самосознания выделяют функцию защиты как стремление защитить свою индивидуальность от угрозы её нивелирования и функцию анализа мотивов и результатов поступков человека как стремление оценить себя, понять, каков он есть на самом деле.

Самосознание – система ценностно-смысловых, личностных отношений человека к миру. Самосознание как осознание себя может принимать различные формы и проявляться как самопознание, самооценка, самоконтроль и саморегуляция, самопринятие и самоуважение.

Темы рефератов:

1. Научное наследие К.Юнга в общей и медицинской психологии.
2. Трансперсональная психология: за пределами сознания.
3. Сущность и методология логотерапии В.Франкла.
4. Прикладное значение бихевиоризма в медицинской практике.
5. Клинический аспект психоанализа.
6. Психика и сознание: о соотношении феноменов и понятий.
7. Проблема определения природной или социальной обусловленности психики и поведения человека.
8. Загадки сознания.
9. Структура сознания по А.Н.Леонтьеву и В.П.Зинченко.

Рекомендуемая литература:

1. Гуревич П.С. Психология: Учебное пособие. – М.: Старик Ватулинг, 2005. – 720 с
2. Ждан А.Н. История психологии. От Античности до наших дней: Учебник для вузов. – 5-е изд., перераб. и доп. – М.: Академический проект, 2004. – 576с.
3. Марцинковская Т.Д. История психологии: Учебное пособие. – М.: Академия, 2004. – 544 с..
4. Соколова Е.Е. Введение в психологию: Учебник для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2005. – 352с.
5. Столяренко Л.Д. Психология: Учебник. – СПб.: Питер-М, 2004. – 592 с.

ТЕМА 3. Индивидуальные особенности человека как субъекта деятельности

3.1. Психологическая характеристика личности

Личность характеризуют не знания, навыки и умения, а отношения. В отечественной психологии проблематика изучения личности сводится к тому, что человек хочет (потребности, интересы, ценности, идеалы, мотивы, установки); что человек может (задатки, способности, таланты); что он есть (характер).

Иногда для объяснения феномена «личность» используют следующую пятифакторную модель:

- Негативная эмоциональность, нейротизм проявляется в чувствительности индивида к стрессогенным ситуациям. На одном полюсе – «реактивные» личности, отличающиеся легкостью возникновения отрицательных эмоций; на другом – люди, имеющие тенденцию относиться к жизни более рационально и спокойно, чем большинство людей.
- Экстраверсия – фактор, проявляющийся в направленности на внешний или внутренний мир.
- Открытость опыту – проявляется в открытости, восприимчивости к любому виду знаний.
- Склонность к согласию – мера социотризма (альтруизма) как противоположности эгоцентризма - личные потребности подчиняются группе или наоборот.
- Добросовестность – фактор, выражающий степень сознательного контроля со стороны субъекта за своим поведением и деятельностью. На одном полюсе – такие качества, как высокое самообладание, упорство, организованность, дисциплинированность, тщательность, точность в работе, ориентация на задачу; на другом – неорганизованность, спонтанность, любовь к экспериментированию, низкий уровень целенаправленного поведения.

Кроме этого в современной психологии выделяются следующие свойства зрелой, творческой личности:

1. Объективное отношение к действительности, умение различать знание от незнания, факты от мнений,
2. Реалистическое отношение к миру, к людям, к себе.
3. Объективное решение внешних задач независимо от субъективного к ним отношения и попутных одновременных: ситуаций.
4. Потребность в одиночестве и его плодотворное использование.
5. Творческие способности и их активная реализация.
6. Естественное поведение, рациональное отношение к условностям.
7. Дружелюбие к людям в целом, избирательное к некоторым, привязанность к некоторым.
8. Нравственная определенность относительно добра и зла.
9. Относительная независимость, устойчивость к физической и социальной среде.

3.2. Понятие о темпераменте и его типы

Темперамент – врожденные, стойкие биологические особенности функции центральных нервных аппаратов, определяющие общий тип высшей нервной деятельности (ВНД). Это генотип. Темперамент проявляется во всех сторонах личности, это – индивидуально-своеобразные способы поведения человека, заметные уже в детстве. Темперамент ясно выступает даже в типичных ситуациях, а в стрессовых (и незнакомых) ситуациях его особенности проявляется более ярко.

Выделение четырех «классических» типов темперамента известно еще со времен Гиппократа. Принято различать четыре основных типа темперамента: *холерический*, *сангвинический*, *меланхолический* и *флегматический*. Эти основные типы темперамента прежде всего различаются между собой по динамике возникновения и интенсивности эмоциональных состояний.

Нейрофизиологическая сущность темперамента сформулирована в учении о типах ВНД – определяющими являются 3 главных свойства (сила, уравновешенность, подвижность) основных нервных процессов – раздражительного и тормозного.

Выделяют чисто человеческие типы ВНД: художественный – преобладает 1-ая сигнальная система (преимущественно образно-эмоциональное мышление); мыслительный – преобладает 2-ая сигнальная система (преобладает абстрактно-логическое мышление) и средний, встречаемый наиболее часто.

Холерик – сильный неуравновешенный, подвижный (легко возбудимый). Для холерика характерны резкий переход от спокойного поведения к резким быстрым движениям и громкой речи (его общение бурное, конфликтное), энергичность, выраженная тенденция к лидерству, злопамятность, в трудную минуту – тяга к действию. Холериками были Петр I, А.В.Суворов, А.С.Пушкин, В.И.Чапаев, ИЛ. Лавлов, И.Е.Репин.

Сангвиник – сильный, уравновешенный, подвижный тип ВНД. Характерны хорошее настроение, в гневе – сохранение контроля с облегчением после вспышки раздражения. Сангвиники любят телесный комфорт, тщеславны, но сравнительно легко реагируют на психотравмирующие воздействия. Ориентированы на сохранение семьи с полигамными отношениями. Для достижения отдаленных целей проявляют слабую активность. «Классическим» сангвиником был А.И.Герцен.

Меланхолик – слабый тип с быстрой истощаемостью и слабостью возбуждательного процесса при недостаточности внутреннего торможения (но выделение слабого типа признается не всеми). У меланхоликов можно выделить 2 варианта: с преобладанием повышенной утомляемости и преобладанием пониженного настроения. Меланхолики неуклюжи, они – «совы», у них слабая воля, они подвержены социофобиям, любят уединение, замкнуты, сверхчувствительны к боли. Типичны значительная недооценка себя, переоценка трудностей. Меланхолики: И. Кант, Э. Роттердамский, В. А. Жуковский, Н. В. Гоголь, П. И. Чайковский, С. А. Есенин.

Флегматик – сильный, уравновешенный, инертный (малоподвижный) тип ВНД. Флегматики довольны окружающим, пассивны, медлительны, скупы на жесты, слабо проявляют свои чувства, необщительны, у них невысокая работоспособность. Флегматик-человек медлительный, уравновешенный и спокойный, которого нелегко эмоционально задеть и невозможно вывести из себя, чувства его внешне почти никак не проявляются. Их самооценка чаще объективна, они неплохие руководители коллективов. Флегматиками были М.И.Кутузов, ИА.Крылов, И.А.Гончаров.

Нельзя ставить вопрос и о том, какой из темпераментов лучше. Каждый из них имеет свои положительные и отрицательные стороны. Страстность, активность, энергия холерика, подвижность, живость и отзывчивость сангвиника, глубина и устойчивость чувств меланхолика, спокойствие и отсутствие торопливости флегматика – вот примеры тех ценных свойств личности, обладание которыми связано с отдельными темпераментами.

3.3. Краткий обзор учений о темпераменте

Создателем учения о темпераменте считается древнегреческий врач Гиппократ (ок. 460–377 гг. до н. э.). Он утверждал, что люди различаются соотношением четырех основных «соков организма» – крови, флегмы, желтой желчи и черной желчи. Соотношение этих «соков организма» по-гречески обозначалось словом «красис», которое позже заменили латинским словом *temperamentum* – «соразмерность», «правильная мера». Согласно его учению, тип темперамента зависит от преобладания в организме одного из соков. Им были выделены 13 типов темперамента, но затем они были сведены до четырех. Эти четыре названия типов темперамента известны как: сангвиник (от лат. *sanguis* – кровь), флегматик (от греч. *phlegma* – слизь, мокрота), холерик (от греч. *chole* – желчь) и меланхолик (от греч. *melas chole* – черная желчь). Эта концепция имеет огромное влияние на ученых на протяжении уже многих столетий.

В последующие века исследователи, наблюдая значительное разнообразие поведения, совпадающее с различиями в телосложении и физиологических функциях, пытались упорядочить и каким-то образом сгруппировать эти различия. Такие типологии получили название конституционных типологий. Идея заключается в том, что люди с определенным типом телосложения имеют определенные психические особенности. Э. Кречмер провел множество измерений частей тела людей, что позволило ему выделить четыре конституциональных типа: лептосоматик; пикник; атлетик; диспластик.

С названными типами строения тела соотносятся три выделенных типа темперамента:

- 1) Шизотимик
- 2) Иксотимик
- 3) Циклотимик

Конституциональная теория Кречмера получила наибольшее распространение в Европе. В США в 40-х гг. XX в. большую популярность приобрела концепция темперамента У. Шелдона. В основе его концепции лежит предположение о том, что тело и темперамент – это два взаимосвязанных между собой параметра человека. Исходя из гипотезы о существовании основных типов телосложения, описания которых заимствованы из эмбриологии, выделяются три типа:

- 4) эндоморфный (из эндодермы образуются преимущественно внутренние органы);
- 5) мезоморфный (из мезодермы образуется мышечная ткань);
- 6) экторморфный (из эктодермы развивается кожа и нервная ткань).

Теория связи некоторых общих свойств нервных процессов с типами темперамента была предложена И. П. Павловым и получила дальнейшее развитие и экспериментальное подтверждение в работах его последователей. Проведенные Павловым исследования заслуженно оцениваются как наиболее значимые для понимания физиологических основ темперамента.

Наибольший вклад в развитие теории темперамента в отечественной психологии внес Б. М. Теплов. Теплов относил к свойствам темперамента устойчивые психические свойства, характеризующие динамику психической деятельности.

К числу наиболее значимых свойств темперамента были отнесены следующие:

- 1) Эмоциональная возбудимость.
- 2) Возбудимость внимания – это свойство темперамента обуславливает приспособительные функции психики индивида.
- 3) Сила эмоций.
- 4) Тревожность.
- 5) Реактивность произвольных движений.
- 6) Активность волевой целенаправленной деятельности.
- 7) Пластичность – ригидность.
- 8) Резистентность.
- 9) Субъективация.

С точки зрения данной концепции темперамент – это психобиологическая категория в том смысле слова, что его свойства не являются полностью ни врожденными, ни зависимыми от среды.

Возбудимость, тормозимость и переключаемость характеризуют быстроту возникновения и прекращения того или иного познавательного процесса или его переключения с одного объекта на другой. Например, некоторые люди медленно включаются в интеллектуальную деятельность или переключаются с одной темы на другую. Другие быстро запоминают или вспоминают информацию. Здесь также следует иметь в виду, что указанные особенности не определяют способности людей.

3.4. Темперамент как врожденный тип психической саморегуляции

Теоретически разделяя темпераменты на четыре вида, следует различать индивидуальный тип темперамента и соответствующий ему комплекс особенностей высшей нервной деятельности. Так, в пределах слабого типа высшей нервной деятельности различаются несколько разновидностей по уравновешенности и подвижности нервных процессов.

Психические состояния, вызываемые различными жизненными обстоятельствами, в значительной мере зависят от типа темперамента человека. Однако его культура поведения зависит не от темперамента, а от воспитания. В зависимости от того, как человек относится к тем или иным явлениям, жизненным задачам, окружающим людям, он мобилизует соответствующую энергию, становится способным к длительным напряжениям, заставляет себя изменить скорость своих реакций и темп работы. Воспитанный и достаточно волевой холерик способен проявлять сдержанность, переключать внимание на другие объекты, хотя это ему дается с большим трудом, чем флегматику. Люди достигают одинаковых успехов разными способами, замещая свои «слабые» стороны системой психических компенсаций.

В зарубежной психологии и криминологии были предприняты попытки связать поведение человека с его телесной организацией, с особенностями строения черепа, лица и тела человека, а также установить связь между психологией личности и конституцией тела человека. Способности человека и его характер он связывал с полнотой тела, развитием мышц и т.д.

Особого внимания заслуживают концепции, основанные на рассмотрении функционирования нервной системы, выполняющей доминирующую и управляющую роль в организме. Теория связи некоторых общих свойств нервных процессов с типами темперамента была предложена И. П. Павловым и получила дальнейшее развитие и экспериментальное подтверждение в работах его последователей. Проведенные исследования заслуженно расцениваются как наиболее значимые для понимания физиологических основ темперамента. Исследования показали, что свойства личности зависят от природной нейрофизиологической организации человека, но не определяются ею. В экспериментах было доказано, что нервная деятельность пластична, поддается изменениям. Первая сигнальная система действительности – система наших непосредственных ощущений, восприятий, впечатлений от конкретных предметов и явлений окружающего мира. Слово (речь) – вторая сигнальная система. Она возникла и развивалась на основе первой сигнальной системы и имеет значение лишь в тесной взаимосвязи с ней. Вторая сигнальная система имеет две функции – коммуникативную (обеспечивает общение людей друг с другом) и функцию отражения объективных закономерностей. Слово не только дает наименование предмету, но и содержит в себе обобщение, является сигналом его существенных признаков. У всех людей вторая сигнальная система преобладает над первой. Но степень преобладания неодинакова. Это дало основание разделить высшую нервную деятельность человека на три типа: 1) мыслительный; 2) художественный; 3) средний (смешанный).

Итак, в зависимости от условий жизни и деятельности человека отдельные свойства его темперамента могут усиливаться или ослабляться. Темперамент, несмотря на его природную

обусловленность, можно отнести к свойствам личности, так как в нем объединяются природные и социально приобретенные качества человека.

Зарубежные психологи делят темпераментные особенности преимущественно на две группы – *экстраверсию* и *интроверсию*. Эти понятия означают преимущественную направленность индивидов на внешний (экстраверт) или внутренний (интроверт) мир (от лат. extra – вне, intro – внутрь и verto – поворот). Экстраверты отличаются преимущественной обращенностью к внешнему миру, повышенной социальной адаптированностью, они более конформны и суггестивны (подвержены внушению). Интроверты же наибольшее значение придают явлениям внутреннего мира; они малообщительны, склонны к повышенному самоанализу, испытывают затруднения при вхождении в новую социальную среду, неконформны и асуггестивны. Проблема экстраверсий и интроверсий занимают центральное место в факторных теориях личности. Интроверты имеют более высокий уровень активности коры мозга. Экстраверты компенсируют недостаточность этой активаций дополнительными движениями, повышением внимания к внешним сигналам, внося разнообразие в любую монотонную ситуацию. Интроверты и экстраверты имеют различный стиль интеллектуальной деятельности.

В отечественных исследованиях отмеченные особенности интро- и экстравертов охватываются понятием активности, которая рассматривается как мера интенсивности взаимодействия субъекта с окружающей действительностью. Среди качеств темперамента особо выделяются также *ригидность* и *пластичность*. Существуют несколько видов ригидности: сенсорная – пролонгирование ощущения после прекращения действия стимула; моторная – трудность перестройки привычных движений; эмоциональная – продолжение эмоционального состояния после прекращения эмоционального воздействия; памяти – пересерверация, навязчивость образов памяти; мышления – инерция суждений, установок, способов решения задач. К особенностям темперамента относится и, такое психическое явление, как *тревожность* – напряженность, повышенная эмоциональная возбудимость в ситуациях, интерпретируемых индивидом в качестве угрожающих. Личности с повышенным уровнем тревожности склонны к поведению, неадекватному степени угрозы. Повышенный уровень тревожности вызывает стремление уйти от восприятия угрожающих событий, сужая поле восприятия в стрессогенной ситуации.

Итак, *темперамент человека обуславливает динамику его поведения, своеобразие протекания его психических процессов. Темперамент определяет способ видения, переживания человеком событий и их речевой ретрансляции.*

Долгое время темперамент человека трактовался как прямое следствие его типа высшей нервной деятельности. Теперь темперамент рассматривают как системное обобщение инвариантных биологических компонент, вовлеченных в функциональные системы поведения данного индивида. Два традиционно постулируемых компонента темперамента – активность и эмоциональность – подвергаются дальнейшей дифференциации, выделив в активности следующие ее стороны: энергичность (выносливость), пластичность и скорость. При этом энергичность соотносится с шириной афферентного синтеза, пластичность – с поведенческой гибкостью (способностью оперативно перестраивать программы поведения), скорость – с быстротой реализации поведенческих программ.

Итак, темпераментные особенности человека выступают как психофизиологические возможности его поведения. Так, подвижность нервных процессов обуславливает динамические качества интеллекта, гибкость ассоциативных процессов; возбудимость – легкость возникновения и интенсивность ощущений, устойчивость внимания, силу запечатления образов памяти.

Однако темперамент не является ценностным критерием личности – он не определяет потребностей, интересов, взглядов личности. В одном и том же виде деятельности люди с различными темпераментами могут достичь выдающихся успехов за счет своих компенсаторных возможностей.

Не темперамент, а направленность личности, преобладание у нее высших мотивов над низшими, самоконтроль и самообладание, подавление побуждений низшего уровня для достижения социально значимых целей определяют качество человеческого поведения.

3.5. Понятие о характере, формировании характера

В переводе с греческого языка слово «характер» означает «печать», «оттиск», а в смысловом значении – отчетливо выраженную определенность, типичность поведения каждого человека. *Характер* – система устойчивых мотивов и способов поведения, образующих поведенческий тип личности.

Характер – сформировавшийся в основном в детстве тип психических реакций на действие в первую очередь непосредственных раздражений и впечатлений действительности. Представляет собой фенотип; характер значительно более зависим от меняющегося многообразного влияния окружающей среды.

Характер – это психическая индивидуальность человека, его своеобразие, сочетание наиболее устойчивых особенностей, проявляющихся в определенном отношении человека к окружающей действительности, к самому себе и в поведении (типичное поведение в типичной ситуации). Характер – это качество личности в целом.

В отличие от понятия «личность» понятие «характер» охватывает как социально значимые, так и социально нейтральные стороны его поведения. Механизмом формирования социально существенных поведенческих особенностей индивида является обобщение тех способов поведения, которые дают наилучший приспособительный эффект в данной социальной среде. Динамические же особенности реализации поведенческой стратегии связаны с природными конституционально-функциональными особенностями индивида. Характер – социально сформированная поведенческая схема личности, система его поведенческих стереотипов, поведенческий синдром.

В становлении характера, различных его сторон существенную роль играют критические требования среды, решающие обстоятельства, возникающие на жизненном пути человека, особенно в детские и юношеские годы.

В раскрытие сущности и типологии характера существенный вклад внесли З. Фрейд и Э. Фромм. До Фрейда характер представлялся как устойчивый образец поведения, присущий данному индивиду, как волевая особенность поведения. Фрейд развил теорию характера как систему стремлений индивида, обосновал динамическую концепцию характера. Фрейд утверждал, что характер индивида – это определенная направленность его жизненной энергии (либидо), Одна, и та же внешне выраженная форма поведения может иметь различную мотивацию. Устойчивые способы поведения определяются устойчивой системой мотивации.

Характер человека – обобщенный итог его жизнедеятельности в условиях определенной социальной среды. Человек вынужден вести себя в соответствии с внешними условиями. В характере закрепляются социально типическое и индивидуальное своеобразие человека, особенности его социализации, воспитания. Одни черты характера выступают как ведущие, определяющие характерологический облик личности. Другие могут быть второстепенными. Существенным качеством характера является сбалансированность его черт – *цельность, устойчивость, уравновешенность*. Гармоническому характеру свойственны реалистический уровень притязаний, уверенность индивида в своих силах, последовательность и настойчивость в достижении основных жизненных, целей.

Условия среды, одобрение и порицание различных форм поведения микросредой образуют при этом основное русло формирования характера. Но характер – это и способность индивида отстаивать свой стиль жизнедеятельности и свою жизненную позицию. Природа каждого индивида вступает в свои «сцепления» с действительностью. В этом взаимодействии внутреннего и внешнего возможны различные противоречия, внутриличностные конфликты. Только учитывая специфику взаимодействия внутреннего и внешнего у данного индивида, можно создать эффективные условия, направленные на мобилизацию положительных и подавление отрицательных качеств индивида. Иногда внешне ничтожное вмешательство в жизнедеятельность индивида приводит к кардинальным сдвигам в его поведении.

Важнейшим качеством характера является способность индивида адекватно оценивать поведенческие ситуации, принимать решения. Формирование характера связано со способностью индивида к научению, с реальными возможностями научения в различных возрастных периодах, на различных этапах его психического созревания.

В характере проявляются закономерности функционирования навыков и привычек. При этом существенное значение приобретает механизм переноса навыков, их упрочнения в результате систематического функционирования, противодействия (интерференция) упрочившихся навыков формированию новых.

Человек способен регулировать свой характер, погружая себя в психические состояния, адекватные текущей поведенческой ситуации. Отдельные особенности, черты характера – это лишь элементы психической структуры личности. В каждой значимой поведенческой ситуации происходит функциональная интеграция всех поведенческих механизмов данного индивида. Лишь с учетом этого обстоятельства можно перейти к классификации и систематизации характерологических свойств человека.

Формирование характера заканчивается к 18–20 годам и в дальнейшем сколько-нибудь его значительные изменения могут произойти в результате каких-либо чрезвычайных воздействий. О характере следует судить по ведущим, стержневым чертам. Можно выделить интеллектуальные, эмоциональные, волевые черты; принято говорить о положительных и отрицательных чертах характера, но эти оценки динамичны.

Психотип человека иногда определяется на основании:

- источника энергии человека (интро- или экстравертированность);
- типа мышления (прагматический или интуитивный);
- способа принятия решений (на основании логики либо ценностей и чувств);
- способа организации деятельности (рациональный или спонтанный).

Формирование характера

Характер является прижизненным образованием. Это означает, что он формируется после рождения человека. Истоки характера человека и первые признаки его проявления следует искать в самом начале жизни.

Многие черты характера формируются у человека очень рано. Сензитивным (наиболее чувствительным) периодом формирования базовых качеств характера является возраст от 2 до 10 лет, когда дети много и активно общаются как с окружающими взрослыми людьми, так и со сверстниками. В этот период они открыты для воздействий со стороны, с готовностью их принимают, подражая всем и во всем. Взрослые люди в это время пользуются безграничным доверием ребенка, имеют возможность воздействовать на него словом, поступком и действием, что создает благоприятные условия для закрепления нужных форм поведения. Этот период в жизни человека связан с интенсивным процессом его социализации на основе подражания социально одобряемым эталонам поведения.

Раньше других в характере человека закладываются такие черты, как доброта, общительность, отзывчивость, а также противоположные им качества – эгоистичность, черствость, безразличие к людям. Имеются данные о том, что начало формирования этих черт характера уходит в глубь дошкольного детства, к первым месяцам жизни и определяется тем, как мать обращается с ребенком.

Те свойства характера, которые наиболее ярко проявляются в труде – трудолюбие, аккуратность, добросовестность, ответственность, настойчивость, – складываются несколько позже, в раннем и дошкольном детстве. Они формируются и закрепляются в играх детей и доступных им видах домашнего труда. Сильное влияние на их развитие оказывает адекватная возрасту и потребностям ребенка стимуляция со стороны взрослых. В характере ребенка сохраняются и закрепляются в основном такие черты, которые постоянно получают поддержку (положительное подкрепление).

В начальных классах школы оформляются черты характера, проявляющиеся в отношениях с людьми. Этому способствует расширение сферы общения ребенка с окружающими за счет множества новых школьных друзей, а также учителей. В подростковом возрасте актив-

но развиваются и закрепляются волевые черты характера, а в ранней юности формируются базовые нравственные, мировоззренческие основы личности. К окончанию школы характер человека можно считать в основном сложившимся, и то, что происходит с ним в дальнейшем, почти никогда не делает характер человека неузнаваемым для тех, кто с ним общался в школьные годы.

Следует отметить, что характер не является застывшим образованием, а формируется и трансформируется на протяжении всего жизненного пути человека. Характер не является фатально предопределенным. Хотя он и обусловлен объективными обстоятельствами жизненного пути человека, сами эти обстоятельства изменяются под влиянием поступков человека. Поэтому после окончания учебного заведения характер человека продолжает формироваться или видоизменяться. На данном этапе человек сам является творцом своего характера, поскольку характер складывается в зависимости от мировоззрения, убеждений и привычек нравственного поведения, которые вырабатывает у себя человек, от дел и поступков, которые он совершает, от всей его сознательной деятельности. Этот процесс в современной психологической литературе рассматривается как процесс самовоспитания.

Наиболее эффективным средством формирования характера является труд. Сильными характерами обладают люди, ставящие перед собой большие задачи в работе, настойчиво добивающиеся их решения, преодолевающие все стоящие на пути к достижению этих целей препятствия, осуществляющие систематический контроль за выполнением намеченного. Поэтому мы вправе утверждать, что характер, как и другие черты личности, формируется в деятельности.

3.6. Акцентуации характера, психологическая характеристика

Акцентуации характера — крайние варианты нормы, при которых отдельные черты характера чрезмерно усилены и проявляются чаще всего в определенных ситуациях. При акцентуациях отмечается повышенная уязвимость к одним ситуациям и повышенная устойчивость к другим. Акцентуации есть у большинства людей; наиболее четко они проявляются в 15–20 лет, когда юноши и девушки уже обладают достаточно определенными и стойкими особенностями темперамента и характера, а, с другой стороны, типологические особенности еще не сглажены и не затушеваны жизненным опытом, не «причесаны» жизнью.

Поскольку акцентуации характера граничат с соответствующими видами психопатических расстройств, их типология базируется на детально разработанной классификации психопатических расстройств в психиатрии, отражая, тем не менее и свойство характера психически здорового человека, в связи с тем, что большинство акцентуаций характера оформляется к подростковому возрасту и нередко наиболее ярко проявляется и именно в нем, целесообразно рассмотреть классификацию акцентуацией на примере подростков.

Гипертимный тип	Шизоидный тип
Циклоидный тип	Эпилептоидный тип
Лабильный тип	Истероидный тип
Психастеноид	Неустойчивый тип
Сензитивный тип	Конформный тип
Психастенический тип	Гипотим
Параноик	

Акцентуация характера при воздействии неблагоприятных условий может привести к патологическим нарушениям и изменениям поведения личности, к психопатии.

Психопатия (от греч. psyche – душа и pathos – «болезнь») – патология характера, при которой у субъекта наблюдается практически необратимая выраженность свойств, препятствующих его адекватной адаптации в социальной среде. В отличие от акцентуаций психопатии, носят постоянный характер, проявляются во всех ситуациях и препятствуют социальной адаптации индивида. Реакция личности с заостренными особенностями характера по

сравнению с реакциями психопата теснее связаны с психотравматическими факторами, при этом сохраняется определенный самоконтроль. Для психопата ограничений не существует.

Нужно отметить расплывчатость и неопределенность границ и между отдельными психопатиями. Выделяемые формы психопатий большей частью представляют собой искусственный продукт схематической обработки того, что наблюдается в действительности. В то же время поведение психопатов одного типа может быть различным: один параноик может быть всеми признанным ученым, другой - душевнобольным и т.п. Исходя из того, что в нерезкой форме те или иные психопатические особенности присущи всем нормальным людям, понятно, чем резче выражена индивидуальность, тем ярче становятся и свойственные ей психопатические черты. Вероятно, поэтому среди людей высокоодаренных, с богато развитой эмоциональной жизнью и легко возбудимой фантазией имеется значительное количество несомненных психопатов.

3.7. Классификация черт характера

Все многообразие проявлений характера подразделяется на четыре группы по следующим основаниям:

- 1) направленность индивида, система его отношений в социуме;
- 2) особенности волевой регуляции;
- 3) эмоциональные особенности;
- 4) интеллектуальные особенности.

В системе отношений человека в социальной среде выделяются четыре разновидности: отношение человека к обществу, к себе, к труду и продуктам труда.

Отношение человека к обществу, другим людям определяет фундаментальные качества личности и характер человека, его нравственность. Нравственность – моральное сознание индивида, реализуемое в его поведении, подчиненность поведения индивида социальным нормам, эталонам и ценностям. Понятие нравственности – понятие пограничное между социологией, этикой и психологией. Нравственность личности – основной показатель ее социализированности. Формирование нравственности связано с культурно-историческими традициями данного общества, развитием: в нем нравственной идеологии, уровнем социального контроля и социальных ожиданий. Нравственное самоусовершенствование индивида – один из основных смыслов его бытия. Система высших моральных требований личности образует его нравственный идеал. *Нравственность индивида – это всегда духовное преодоление трудностей бытия.*

Принятая индивидом система отношений к другим людям может сводиться к четырем основным схемам: 1. «Я хороший и все люди хорошие»; 2. «Я плохой, а все люди хорошие»; 3. «Я хороший, а все люди плохие»; 4. «Я плохой и все люди плохие».

У каждого человека имеется установка по отношению к самому себе – «Я-концепция». Образ собственного «Я» состоит из ряда компонентов: 1. когнитивного – образ внешности, нравственные качества, психические особенности, социальная значимость; 2. эмоционального – самоуважение, самодовольство, самоуничижение и др.; 3. притязательно-волевого – желание самоутверждения, признания достоинств другими индивидами. Наряду с реальным «Я» существует «Я» идеальное и «Я» динамическое, саморазвивающееся.

Человек познает себя во взаимодействии с другими людьми, находящимися на различных социально-культурных уровнях. И если референтная (эталонная) для данной личности социальная группа имеет объективно высокий статус, то это стимулирует личность к саморазвитию. Человек строит свои жизненные стратегии, взвешивая различные альтернативы, составляя композиции возможных действий. Этот внутренний диалог – основной механизм саморегуляции: человек как бы смотрит на себя со стороны, с позиций других людей. Он формулирует приемлемые для себя компромиссы, выдвигает самооправдательные мотивы, примеряет свой внутренний мир к реальной действительности.

У социализированной личности возникают проблемы примирения, согласования внутреннего и внешнего мира. В этих ситуациях и проявляется характер человека – его твердость и пластичность, гражданское мужество и толерантность.

Отношение личности к труду и другим видам деятельности обуславливает трудолюбие, преодоление трудностей в работе, добросовестность и др. Эта группа отношений включает в себя также склонности, призвание и талант как характерологические качества личности. К негативным качествам данной группы относятся тунеядство, лодырничество, бродяжничество и др. Ценностные ориентации индивида в известной мере определяют и волевую регуляцию его поведения.

Волевые черты характера – устойчивые индивидуально-типологические особенности сознательной регуляции поведения. Волевые особенности личности определяют основные качества характера: цельность, силу, твердость и уравновешенность.

Цельность характера – это устойчивость позиций и взглядов в различных ситуациях, согласованность слов и поступков; сила характера – энергичность человека, способность к длительному напряжению, преодолению трудностей в сложных ситуациях; твердость характера – сила характера в сочетании с личностной принципиальностью; уравновешенность характера – ровность, сдержанность поведения, эмоционально-волевая устойчивость личности.

Волевая, деятельностная саморегуляция индивида, система его волевых качеств определяются широтой, иерархизированностью и динамичностью его мотивационной сферы. Широта и содержательность потребностей и интересов человека – одни из основных его психических качеств. Индивид должен обладать хорошо отработанными средствами подавления низменных побуждений. Иерархизированность мотивационной сферы индивида зависит от того, какие мотивы и в каких ситуациях актуализировались особенно часто и сильно, какие желания при этом реализовывались и какие качества индивида угнетались.

Эмоциональные особенности характера индивида – наиболее наглядный, непосредственно воспринимаемый индикатор его психических свойств. Эмоции – произвольные реакции индивида на акты удовлетворения или неудовлетворения его потребностей, выражающиеся в определенных нервно-психическом и гуморально-вегетативном состояниях. По эмоциональным особенностям своего характера индивиды отличаются рядом параметров: эмоциональной реактивностью, возбудимостью, глубиной, длительностью и устойчивостью эмоциональных процессов, доминирующими чувствами и их предметной отнесенностью. Эмоциональный настрой индивида – показатель тонуса всей его жизнедеятельности.

3.8. Индивидуально-типологическая структура личности в отечественной психологии

В отечественной психологии часто используется следующая простая индивидуально-типологическая структура личности:

1. Темперамент, в т.ч. «чисто человеческие типы».
2. Способности – свойство личности, формирующееся в специфической деятельности на основе наследственных и врожденных задатков, обеспечивающих успех в данной деятельности. Наибольшее значение в развитии способностей имеет мозг человека, его количественные и, особенно, качественные особенности.
3. Направленность – совокупность взглядов, идей и убеждений, ставших определяющими. Формы направленности – влечения, желания, интересы, склонности, идеалы (высшая форма сознательных устремлений личности), мировоззрение (система взглядов на окружающую действительность), убеждение (сочетание мировоззрения со стремлением к его осуществлению; здесь также задействованы мышление, эмоции, воля). Качества направленности – уровень, широта, устойчивость.
4. Самосознание (совокупность всех представлений человека о себе, сопряженная с их оценками): самопознание (самонаблюдение, самоанализ); самоконтроль; самовоспитание.

Звенья структуры самосознания: а) имя собственное (осознавание телесной и духовной индивидуальности); б) притязание на призвание (предъявление человеком прав на уважение); в) половая идентификация (ориентация на свой пол как на социальную роль); г) психологическое время (осмысливание себя в прошлом, настоящем, будущем); д) социальное пространство личности (условия развития и бытия человека).

3.9. Психологическая характеристика способностей

Способности – свойство личности, формирующееся в специфической деятельности на основе наследственных и врожденных задатков, обеспечивающих успех в данной деятельности. Наибольшее значение в развитии способностей имеет мозг человека, его количественные и, особенно, качественные особенности. Взаимоотношения наследственности и внешней среды:

а) задатки психических свойств являются наследственными;
б) значение наследственности неодинаково для всех компонентов личности;
в) внешняя среда оказывает влияние на то, какие врожденные свойства будут развиваться и насколько широко разовьются;

г) очень сильные задатки проявляются в любой среде.

Выделяют способности *общие* и *специальные*, а по уровню:

а) *средние* способности (подражательно-стереотипные способности, на основе которых происходит исполнительная деятельность);

б) *одаренность* (начало творчества в какой-либо сфере деятельности, которая приближается к среднему уровню культуры, науки, и т.п. данного общества);

в) *талант* (творческая способность в одном ограниченном направлении: И.Е.Репин – талантливый художник, Г.Гегель и И.Кант – талантливые философы и т.д.);

г) *гениальность* (синтез нескольких талантов с увеличением на основе междисциплинарных связей способности к более крупномасштабным обобщениям; Аристотель – философ, логик, психолог, естествоиспытатель; Леонардо да Винчи – живописец, техник, естествоиспытатель, философ; М.Ломоносов – поэт, художник, естествоиспытатель; за всю историю человечества было всего около 400 гениев).

Темы рефератов:

1. Физиологические основы темперамента.
2. Темперамент и способности человека.
3. Формирование характера у детей.
4. Современные теории личности.
5. Природа человеческих способностей.
6. Гуморальные теории темперамента.
7. Конструктивные теории темперамента.
8. Акцентуальные теории характера.

Рекомендуемая литература:

1. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. Курс лекций. – М.: ЧеРо, 2003. – 336 с.
2. Дубровина И.В. Психология: Учебник. – М.: Академия, 2004. – 464 с.
3. Маклаков А.Г. Общая психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер-М, 2005. – 592 с.
4. Соколова Е.Е. Введение в психологию: Учебник для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2005. – 352с.
5. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. - СПб.: Питер-М, 2005 – 608 с.

Практические задания:

Задание 1.

ХАРАКТЕРОЛОГИЧЕСКИЙ ОПРОСНИК (ОПРОСНИК К. ЛЕОНГАРДА)

Инструкция: «Вам будут предложены утверждения, касающиеся Вашего характера. Если Вы согласны с утверждением, рядом с его номером поставьте знак «+» (да), если нет – знак «-» (нет). Над вопросами долго не думайте, правильных и неправильных ответов нет».

№ п/п	Суждение	Да /нет
1.	У вас чаще веселое и беззаботное настроение?	
2.	Вы чувствительны к оскорблениям?	
3.	Бывает ли так, что у Вас на глаза наворачиваются слезы в кино, театре, беседе и т.п.?	
4.	Сделав что-то, Вы сомневаетесь, все ли сделано правильно, и не успокаиваетесь до тех пор, пока не убедитесь еще раз в том, что все сделано правильно?	
5.	В детстве Вы были так же смелы, как и Ваши сверстники?	
6.	Часто ли у Вас резко меняется настроение от состояния безграничного ликования до отвращения к жизни, к себе?	
7.	Являетесь ли Вы обычно центром внимания в обществе, компании?	
8.	Бывает ли так, что Вы беспричинно находитесь в таком ворчливом настроении, что с Вами лучше не разговаривать?	
9.	Вы серьезный человек?	
10.	Способны ли Вы восхищаться, восторгаться чем-то?	
11.	Предприимчивы ли Вы?	
12.	Вы быстро забываете, если Вас кто-то обидел?	
13.	Мягкосердечны ли Вы?	
14.	Опуская письмо в почтовый ящик, проверяете ли Вы, проводя рукой по щели ящика, что письмо полностью упало в него?	
15.	Стремитесь ли Вы всегда считаться в числе лучших работников?	
16.	Бывало ли Вам страшно в детстве во время грозы или при встрече с незнакомой собакой?	
17.	Стремитесь ли Вы во всем и всюду соблюдать порядок?	
18.	Зависит ли Ваше настроение от внешних факторов?	
19.	Любят ли Вас Ваши знакомые?	
20.	Часто ли у Вас бывает чувство внутреннего беспокойства, ощущение возможной беды, неприятности?	
21.	У Вас часто несколько подавленное настроение?	
22.	Бывали ли у Вас хотя бы один раз истерика или нервный срыв?	
23.	Трудно ли Вам долго усидеть на одном месте?	
24.	Если по отношению к Вам несправедливо поступили, энергично ли Вы отстаиваете свои интересы?	
25.	Можете ли Вы зарезать курицу или овцу?	
26.	Раздражает ли Вас, если дома скатерть или занавес висят неровно, или Вы сразу же стараетесь поправить их?	
27.	Вы в детстве боялись оставаться один дома?	
28.	Часто ли у Вас бывают колебания настроения?	
29.	Всегда ли Вы стремитесь быть достаточно сильным работником в своей профессии?	

30.	Быстро ли Вы начинаете сердиться или впадать в гнев?	
31.	Можете ли Вы быть абсолютно, беззаботно веселым?	
32.	Бывает ли так, что ощущение безграничного счастья буквально пронизывает Вас?	
33.	Как Вы думаете, получился бы из Вас ведущий в юмористическом спектакле?	
34.	Вы обычно высказываете свое мнение людям достаточно откровенно, прямо и недвусмысленно?	
35.	Вам трудно переносить вид крови? Не вызывает ли это у Вас неприятных ощущений?	
36.	Вы любите работу с высокой личной ответственностью?	
37.	Склонны ли Вы, выступать в защиту лиц, по отношению к которым поступили несправедливо?	
38.	В темный подвал Вам трудно, страшно спускаться?	
39.	Предпочитаете ли Вы работу такой, где действовать надо быстро, но требования к качеству выполнения невысоки?	
40.	Общительны ли Вы?	
41.	В школе Вы охотно декламировали стихи?	
42.	Убегали ли Вы в детстве из дома?	
43.	Кажется ли Вам жизнь трудной?	
44.	Бывает ли так, что после конфликта, обиды Вы были до того расстроены, что идти на работу казалось невыносимым?	
45.	Можно ли сказать, что при неудаче Вы теряете чувство юмора?	
46.	Предприняли бы Вы первые шаги к примирению, если Вас кто-то обидел?	
47.	Вы очень любите животных?	
48.	Возвращаетесь Вы убедиться, что оставили дом или рабочее место в таком состоянии, что там ничего не случится?	
49.	Преследует ли Вас иногда мысль, что с Вами и Вашими близкими может случиться что-то страшное?	
50.	Считаете ли Вы, что Ваше настроение очень изменчиво?	
51.	Трудно ли Вам докладывать (выступать на сцене) перед большим количеством людей?	
52.	Вы можете ударить обидчика, если он Вас оскорбит?	
53.	У Вас очень велика потребность в общении с другими людьми?	
54.	Вы относитесь к тем, кто при каких-либо разочарованиях впадает в глубокое отчаяние?	
55.	Вам нравится работа, требующая энергичной организаторской деятельности?	
56.	Настойчиво ли Вы добиваетесь намеченной цели, если на пути к ней приходится преодолевать массу препятствий?	
57.	Может ли трагический фильм взволновать Вас так, что на глазах выступают слезы?	
58.	Часто ли бывает Вам трудно уснуть из-за того, что проблемы прожитого дня и будущего все время крутятся в Ваших мыслях?	
59.	В школе Вы иногда подсказывали своим товарищам или давали списывать?	
60.	Потребуется ли Вам большее напряжение воли, чтобы пройти одному через кладбище?	
61.	Тщательно ли Вы следите за тем, чтобы каждая вещь в Вашей квартире была всегда на одном и том же месте?	
62.	Бывает ли так, что будучи перед сном в хорошем настроении, Вы на следующий день встаете в подавленном, длящемся несколько часов?	

63.	Легко ли Вы привыкаете к новым ситуациям?	
64.	Бывают ли у Вас головные боли?	
65.	Вы часто смеетесь?	
66.	Можете ли Вы быть приветливым даже с тем, кого Вы явно не цените, не любите, не уважаете?	
67.	Вы подвижный человек?	
68.	Вы очень переживаете из-за несправедливости?	
69.	Вы настолько любите природу, что можете назвать ее другом?	
70.	Уходя из дома или ложась спать, проверяете ли Вы, закрыт ли газ, погашен ли свет, закрыта ли дверь?	
71.	Вы очень боязливы?	
72.	Изменяется ли Ваше настроение при приеме алкоголя?	
73.	В Вашей молодости Вы охотно участвовали в кружке художественной самодельности?	
74.	Вы расцениваете жизнь несколько пессимистически, без ожидания радости?	
75.	Часто ли Вас тянет путешествовать?	
76.	Может ли Ваше настроение измениться так резко, что состояние радости вдруг сменяется угрюмым и подавленным?	
77.	Легко ли Вам поднять настроение друзей в компании?	
78.	Долго ли Вы переживаете обиду?	
79.	Долго ли Вы переживаете горести других людей?	
80.	Часто ли, будучи школьником, Вы переписывали страницу в Вашей тетради, если случайно оставили в ней кляксу?	
81.	Относите ли Вы к людям скорее с недоверием и осторожностью, чем с доверчивостью?	
82.	Часто ли Вы видите страшные сны?	
83.	Бывает ли, что Вы остерегаетесь того, что броситесь под колеса проходящего поезда или, стоя у окна многоэтажного дома, остерегаетесь того, что можете внезапно выпасть из окна?	
84.	В веселой компании Вы обычно веселы?	
85.	Способны ли Вы отвлечься от трудных проблем, требующих решения?	
86.	Вы становитесь менее сдержанным и чувствуете себя более свободно, приняв алкоголь?	
87.	В беседе Вы скудны на слова?	
88.	Если бы Вам было необходимо играть на сцене, Вы смогли бы войти в роль, что бы позабыть о том, что это только игра?	

При подсчете баллов на каждой шкале опросника Леонгарда для стандартизации результатов значение каждой шкалы умножается на определенное число. Это указано в ключе к методике. Акцентуированные личности не являются паталогическими. Они характеризуются выделением ярких черт характера.

КЛЮЧ

1. Гипертимные x3

+ 1, 11, 23, 33, 45, 55, 67, 77

- нет

2. Возбудимые x2

+ 2, 15, 24, 34, 37, 56, 68, 78, 81

- 12, 46, 59

6. Циклотивные x3

+ 6, 18, 28, 40, 50, 62, 72, 84

- нет

7. Демонстративные x2

+ 7, 19, 22, 29, 41, 44, 63, 66, 73, 85, 88

- 51

3. Эмотивные х3
+ 3, 13, 35, 47, 57, 69, 79
- 25

4. Педантичные х2
+ 4, 14, 17, 26, 39, 48, 58, 61, 70, 80, 83
- 36

5. Тревожные х3
+ 16, 27, 38, 49, 60, 71, 82
- 5

8. Неуравновешенные х3
+ 8, 20, 30, 42, 52, 64, 74, 86
- нет

9. Дистимные х3
+ 9, 21, 43, 75, 87
- 31, 53, 65

10. Экзальтированные х6
+ 10, 32, 54, 76
- нет

ОПИСАНИЕ АКЦЕНТУАЦИЙ ПО ЛЕОНГАРДУ

Опросник предназначен для диагностики типа акцентуации личности. Теоретической основой опросника является *концепция «акцентуированных личностей» К.Леонгарда*, который считает, что присущие личности черты могут быть разделены на основные и дополнительные. Основные черты составляют стержень, «ядро» личности. В случае яркой выраженности основные черты становятся акцентуациями характера. Соответственно, личности, у которых основные черты ярко выражены, названы Леонгардом «акцентуированными». Термин «акцентуированные личности» занял место между психопатией и нормой. Акцентуированные личности не следует рассматривать в качестве патологических, но в случае воздействия неблагоприятных факторов акцентуации могут приобретать патологический характер, разрушая структуру личности.

Тест содержит 10 шкал, в соответствии с десятью выделенными Леонгардом типами акцентуированных личностей и состоит из 88 вопросов, на которые требуется ответить «да» или «нет». Максимальный показатель по каждому типу акцентуации – 24 балла. Признаком акцентуации считается показатель выше 12 баллов. Полученные данные могут быть представлены в виде «профиля личностной акцентуации». Выделенные Леонгардом 10 типов акцентуированных личностей разделены на две группы: *акцентуации характера (демонстративный, педантичный, застревающий, возбудимый)* и *акцентуации темперамента (гипертимический, дистимический, тревожно-боязливый, циклотимический, аффективный, эмотивный)*.

1. Демонстративный тип. Характеризуется повышенной способностью к вытеснению, демонстративностью поведения, живостью, подвижностью, легкостью в установлении контактов. Склонен к фантазерству, лживости и притворству, направленным на приукрашивание своей персоны, авантюризму, артистизму, к позерству. Им движет стремление к лидерству, потребность в признании, жажда постоянного внимания к своей персоне, жажда власти, похвалы; перспектива быть незамеченным отягощает его. Он демонстрирует высокую приспособляемость к людям, эмоциональную лабильность (легкую смену настроений) при отсутствии действительно глубоких чувств, склонность к интригам (при внешней мягкости манеры общения). Отмечается беспредельный эгоцентризм, жажда восхищения, сочувствия, почитания, удивления. Обычно похвала других в его присутствии вызывает у него особо неприятные ощущения, он этого не выносит. Стремление к компании обычно связано с потребностью ощутить себя лидером, занять исключительное положение. Самооценка сильно далека от объективности. Может раздражать своей самоуверенностью и высокими притязаниями, сам систематически провоцирует конфликты, но при этом активно защищается. Обладая патологической способностью к вытеснению, он может полностью забыть то, о чем он не желает знать. Это расковывает его во лжи. Обычно лжет с невинным лицом, поскольку то, о чем он говорит, в данный момент, для него является правдой; по-видимому, внутренне он

не осознает свою ложь, или же осознает очень неглубоко, без заметных угрызений совести. Способен увлечь других неординарностью мышления и поступков.

2. Застревающий тип. Его характеризует умеренная общительность, занудливость, склонность к нравоучениям, неразговорчивость. Часто страдает от мнимой несправедливости по отношению к нему. В связи с этим проявляет настороженность и недоверчивость по отношению к людям, чувствителен к обидам и огорчениям, уязвим, подозрителен, отличается мстительностью, долго переживает происшедшее, не способен «легко отходить» от обид. Для него характерна заносчивость, часто выступает инициатором конфликтов. Самонадеянность, жесткость установок и взглядов, сильно развитое честолюбие часто приводят к настойчивому утверждению своих интересов, которые он отстаивает с особой энергичностью. Стремится добиться высоких показателей в любом деле, за которое берется и проявляет большое упорство в достижении своих целей. Основной чертой является склонность к аффектам (правдолюбие, обидчивость, ревность, подозрительность), инертность в проявлении аффектов, в мышлении, в моторике.

3. Педантичный тип. Характеризуется ригидностью, инертностью психических процессов, тяжелостью на подъем, долгим переживанием травмирующих событий. В конфликты вступает редко, выступая скорее пассивной, чем активной стороной. В то же время очень сильно реагирует на любое проявление нарушения порядка. На службе ведет себя как бюрократ, предъявляя окружающим много формальных требований. Пунктуален, аккуратен, особое внимание уделяет чистоте и порядку, скрупулезен, добросовестен, склонен жестко следовать плану, в выполнении действий нетороплив, усидчив, ориентирован на высокое качество работы и особую аккуратность, склонен к частым самопроверкам, сомнениям в правильности выполненной работы, брюзжанию, формализму. С охотой уступает лидерство другим людям.

4. Возбудимый тип. Недостаточная управляемость, ослабление контроля над влечениями и побуждениями сочетаются у людей такого типа с властью физиологических влечений. Ему характерна повышенная импульсивность, инстинктивность, грубость, занудство, угрюмость, гневливость, склонность к хамству и брани, к трениям и конфликтам, в которых сам и является активной, провоцирующей стороной. Раздражителен, вспыльчив, часто меняет место работы, неуживчив в коллективе. Отмечается низкая контактность в общении, замедленность вербальных и невербальных реакций, тяжеловесность поступков. Для него никакой труд не становится привлекательным, работает лишь по мере необходимости, проявляет такое же нежелание учиться. Равнодушен к будущему, целиком живет настоящим, желая извлечь из него массу развлечений. Повышенная импульсивность или возникающая реакция возбуждения гасятся с трудом и могут быть опасны для окружающих. Он может быть властным, выбирая для общения наиболее слабых.

5. Гипертимический тип. Людей этого типа отличает большая подвижность, общительность, болтливость, выраженность жестов, мимики, пантомимики, чрезмерная самостоятельность, склонность к озорству, недостаток чувства дистанции в отношениях с другими. Часто спонтанно отклоняются от первоначальной темы в разговоре. Везде вносят много шума, любят компании сверстников, стремятся ими командовать. Они почти всегда имеют очень хорошее настроение, хорошее самочувствие, высокий жизненный тонус, нередко цветущий вид, хороший аппетит, здоровый сон, склонность к чревоугодию и иным радостям жизни. Это люди с повышенной самооценкой, веселые, легкомысленные, поверхностные и, вместе с тем, деловитые, изобретательные, блестящие собеседники; люди, умеющие развлекать других, энергичные, деятельные, инициативные. Большое стремление к самостоятельности может служить источником конфликтов. Им характерны вспышки гнева, раздражения, особенно когда они встречают сильное противодействие, терпят неудачу. Склонны к аморальным поступкам, повышенной раздражительности, прожектерству. Испытывают недостаточно серьезное отношение к своим обязанностям. Они трудно переносят условия жесткой дисциплины, монотонную деятельность, вынужденное одиночество.

6. Дистимический тип. Люди этого типа отличаются серьезностью, даже подавленностью настроения, медлительностью, слабостью волевых усилий. Для них характерны пессимистическое отношение к будущему, заниженная самооценка, а также низкая контактность, немногословность в беседе, даже молчаливость. Такие люди являются домоседами, индивидуалистами; общества, шумной компании обычно избегают, ведут замкнутый образ жизни. Часто угрюмы, заторможены, склонны фиксироваться на теневых сторонах жизни. Они добросовестны, ценят тех, кто с ними дружит и готовы им подчиниться, располагают обостренным чувством справедливости, а также замедленностью мышления.

7. Тревожный тип. Людям данного типа свойственны низкая контактность, минорное настроение, робость, пугливость, неуверенность в себе. Дети тревожного типа часто боятся темноты, животных, страшатся оставаться одни. Они сторонятся шумных и бойких сверстников, не любят чрезмерно шумных игр, испытывают чувство робости и застенчивости, тяжело переживают контрольные, экзамены, проверки. Часто стесняются отвечать перед классом. Охотно подчиняются опеке старших, нотации взрослых могут вызвать у них угрызения совести, чувство вины, слезы, отчаяние. У них рано формируется чувство долга, ответственности, высокие моральные и этические требования. Чувство собственной неполноценности стараются замаскировать в самоутверждении через те виды деятельности, где они могут в большей мере раскрыть свои способности. Свойственные им с детства обидчивость, чувствительность, застенчивость мешают сблизиться с теми, с кем хочется, особо слабым звеном является реакция на отношение к ним окружающих. Непереносимость насмешек, подзврения сопровождаются неумением постоять за себя, отстоять правду при несправедливых обвинениях. Редко вступают в конфликты с окружающими, играя в них в основном пассивную роль, в конфликтных ситуациях они ищут поддержки и опоры. Они обладают дружелюбием, самокритичностью, исполнительностью. Вследствие своей незащитности нередко служат «козлами отпущения», мишенями для шуток.

8. Экзальтированный тип. Яркая черта этого типа – способность восторгаться, восхищаться, а также – улыбочивость, ощущение счастья, радости, наслаждения. Эти чувства у них могут часто возникать по причине, которая у других не вызывает большого подъема, они легко приходят в восторг от радостных событий и в полное отчаяние – от печальных. Им свойственна высокая контактность, словоохотливость, влюбчивость. Такие люди часто спорят, но не доводят дела до открытых конфликтов. В конфликтных ситуациях они бывают как активной, так и пассивной стороной. Они привязаны к друзьям и близким, альтруистичны, имеют чувство сострадания, хороший вкус, проявляют яркость и искренность чувств. Могут быть паникерами, подвержены сиюминутным настроениям, порывисты, легко переходят от состояния восторга к состоянию печали, обладают лабильностью психики.

9. Эмотивный тип. Этот тип родственен экзальтированному, но проявления его не столь бурны. Для них характерны эмоциональность, чувствительность, тревожность, болтливость, боязливость, глубокие реакции в области тонких чувств. Наиболее сильно выраженная черта – гуманность, сопереживание другим людям или животным, отзывчивость, мягкосердечность, сорадование чужим успехам. Они впечатлительны, слезливы, любые жизненные события воспринимают серьезнее, чем другие люди. Подростки остро реагируют на сцены из фильмов, где кому-либо угрожает опасность, сцена насилия может вызвать у них сильное потрясение, которое долго не забудется и может нарушить сон. Редко вступают в конфликты, обиды носят в себе, не «выплескиваются» наружу. Им свойственно обостренное чувство долга, исполнительность. Бережно относятся к природе, любят выращивать растения, ухаживать за животными.

10. Циклотимный тип. Характеризуется сменой гипертимных и дистимных состояний. Им свойственны частые периодические смены настроения, а также зависимость от внешних событий. Радостные события вызывают у них картины гипертимии: жажда деятельности, повышенная говорливость, скачка идей; печальные – подавленность, замедленность реакций и мышления, так же часто меняется их манера общения с окружающими людьми. В подростковом возрасте можно обнаружить два варианта циклотимической акцен-

туации: типичные и лабильные циклоиды. Типичные циклоиды в детстве обычно производят впечатление гипертимных, но затем проявляется вялость, упадок сил, то, что раньше давалось легко, теперь требует непомерных усилий. Прежде шумные и бойкие, они становятся вялыми домоседами, наблюдается падение аппетита, бессонница, или, наоборот, сонливость. На замечания реагируют раздражением, даже грубостью и гневом, в глубине души, однако, впадая при этом в уныние, глубокую депрессию, не исключены суицидальные попытки. Учатся неровно, случившиеся упущения наверстывают с трудом, порождают в себе отвращение к занятиям. У лабильных циклоидов фазы смены настроения обычно короче, чем у типичных циклоидов. «Плохие» дни отмечаются более насыщенными дурным настроением, чем вялостью. В период подъема выражены желания иметь друзей, быть в компании.

ТЕМА 4. Воля. Мотивация. Деятельность

4.1. Понятие и строение человеческой деятельности

Деятельность – специфически человеческая, регулируемая сознанием активность, порождаемая потребностями и направленная на познание и преобразование внешнего мира и самого человека. Деятельность всегда целенаправленна, активна, направлена на создание некоторого продукта. Поведение не всегда целенаправленно, не предполагает создания определенного продукта, зачастую носит пассивный характер. Структура деятельности включает имеющие цель действия и операции (способы осуществления действий).

В отличие от активности животных, деятельность человека: а) предметна (в результате сознательного целенаправленного организованного обучения используются предметы); б) носит не только потребительский, но и продуктивный характер; в) вызывается в значительной мере искусственными потребностями; г) преобразует человека – его способности, потребности, условия жизни.

Вся деятельность распадается на более мелкие элементы (умения), которые, в свою очередь, на еще более мелкие операции, часто не осознаваемые, автоматизированные (навыки). Деятельность – это внутренняя (психическая) и внешняя (физическая) активность человека, регулируемая сознаваемой целью.

Деятельность можно определить как специфический вид активности человека, направленный на познание и творческое преобразование окружающего мира, включая самого себя и условия своего существования. В деятельности человек создает предметы материальной и духовной культуры, преобразует свои способности, сохраняет и совершенствует природу, строит общество, создает то, что без его активности не существовало в природе. Творческий характер человеческой деятельности проявляется в том, что благодаря ей он выходит за пределы своей природной ограниченности. Исторический прогресс обязан своим происхождением именно деятельности, а не совершенствованию биологической природы людей.

Человеческая деятельность отличается от активности животных тем, что люди производят одежду, мебель, машины, знаковые системы, орудия труда, средства передвижения и многое другое. Для удовлетворения своих потребностей животные пользуются только тем, что им предоставила природа. Деятельность человека проявляется и продолжается в творениях, она носит продуктивный, а не потребительский характер.

Продолжая совершенствовать предметы потребления, человек кроме способностей развивает свои *потребности*. Деятельность человека в основном порождается и поддерживается искусственными потребностями, возникающими благодаря присвоению достижений культурно-исторического развития людей настоящего и предшествующих поколений. Это – потребности в познании, творчестве, в нравственном совершенствовании и другие.

Формы и способы организации человеческой деятельности так же отличаются от активности животных. Почти все они связаны со сложными двигательными *умениями* и *навыками*, приобретенного в результате сознательного целенаправленного организованного обучения. Возникает *предметная деятельность*, которая отличается от естественной активности животных.

Деятельность отличается не только от активности, но и от поведения. *Поведение* не всегда целенаправленно, не предполагает создание определенного продукта, носит зачастую пассивный характер. Поведение спонтанно, деятельность организована; поведение хаотично, деятельность систематична.

Деятельность человека имеет следующие основные характеристики: мотив, цель, предмет, структуру и средства. Мотивом деятельности называется то, что побуждает ее, ради чего она осуществляется. В качестве мотива обычно выступает конкретная потребность. *Мотивы человеческой деятельности* могут быть органическими, функциональными, материальными,

социальными, духовными. В качестве *цели* деятельности выступает ее продукт. Он может представлять собой реальный физический предмет, создаваемый человеком, определенные знания, умения и навыки, приобретаемые в ходе деятельности, творческий результат. *Предметом* деятельности называется то, с чем она непосредственно имеет дело. Всякая деятельность имеет определенную *структуру*. В ней обычно выделяют действия и операцию как основные составляющие деятельности. Действием называют часть деятельности, имеющую вполне самостоятельную, осознанную человеком цель. Операцией называют способ осуществления действия. Сколько есть различных способов выполнения действия, столько можно выделить различных операций. Характер операции зависит от условий выполнения действия, от имеющихся у человека умений и навыков, от наличных инструментов и средств осуществления действия. Предпочитаемые человеком операции характеризуют его индивидуальный стиль деятельности. В качестве *средств* осуществления деятельности для человека выступают те инструменты, которыми он пользуется, выполняя те или иные действия и операции. С возрастом по мере развития человека происходит изменение мотивации его деятельности. Если человек изменяется как личность, то мотивы его деятельности преобразуются.

Всякая человеческая деятельность имеет внешние и внутренние компоненты. К внутренним относятся анатомо-физиологические структуры и процессы, психологические процессы и состояния. К внешним компонентам можно отнести разнообразные движения. Соотношение внутренних и внешних компонентов деятельности не является постоянным.

4.2. Виды и развитие человеческой деятельности

У современного человека имеется множество различных видов деятельности, число которых примерно соответствует количеству имеющихся потребностей. Основные виды деятельности:

- Общение.

Первый вид деятельности, возникающий в процессе индивидуального развития человека. Общение рассматривается как вид деятельности, направленный на обмен информацией между общающимися людьми. Общение может быть непосредственным и опосредованным, вербальным и невербальным. При непосредственном общении люди находятся в прямых контактах друг с другом, знают и видят друг друга, прямо обмениваются вербальной и невербальной информацией, не пользуясь для этого никакими вспомогательными средствами. При опосредованном общении прямых контактов между людьми нет. Они осуществляют обмен информацией или через других людей, или через средства записи и воспроизведения информации.

- Игровая деятельность.

Игра – это такой вид деятельности, результатом которого не становится производство какого-либо материального или идеального продукта. Игры часто имеют характер развлечения, преследуют цель получения отдыха. Иногда игры служат средством символической разрядки напряженностей. Существует несколько типов игр: индивидуальные и групповые, предметные и сюжетные, ролевые и игры с правилами. *Индивидуальные* игры представляют собой род деятельности, когда игрой занят один человек, групповые включают несколько индивидов. *Предметные* игры связаны с включением в игровую деятельность человека каких-либо предметов. *Сюжетные* игры разворачиваются по определенному сценарию, воспроизводя его в основных деталях. *Ролевые* игры допускают поведение человека, ограниченное определенной ролью, которую в игре он берет на себя. Игры с правилами регулируются определенной системой правил поведения их участников. Нередко в жизни встречаются смешанные типы игр.

- Учебная деятельность.

Учение выступает как вид деятельности, целью которого является приобретение человеком знаний, умений и навыков. Учение может быть организованным и осуществляться в специ-

альных образовательных учреждениях. Оно может быть неорганизованным и происходить попутно, в других видах деятельности как их побочный, дополнительный результат. У взрослых людей учение может приобретать характер самообразования. Особенности учебной деятельности состоят в том, что она прямо служит средством психологического развития индивида.

- Трудовая деятельность.

Особое место в системе человеческой деятельности занимает труд. С трудом, прежде всего, связано создание и совершенствование орудий труда. В процессе развития деятельности происходят ее внутренние преобразования. Во-первых, деятельность обогащается новым предметным содержанием. Ее объектом и соответственно средством удовлетворения связанных с ней потребностей становятся новые предметы материальной и духовной культуры. Во-вторых, у деятельности появляются новые средства реализации, которые ускоряют ее течение и совершенствуют результаты. В-третьих, в процессе развития деятельности происходит автоматизация отдельных операций и других компонентов деятельности, они превращаются в умения и навыки. В-четвертых, в результате развития деятельности из нее могут выделяться, обособляться и дальше самостоятельно развиваться новые виды деятельности.

4.3. Роль трудовой деятельности в возникновении сознания

Человеческая психика подготавливалась всем ходом эволюции материи, однако говоря о биологических предпосылках возникновения сознания нельзя забывать, что человек – продукт общественных отношений. Инстинктивное общение предков человека внутри стада постепенно заменялось общением на основе «производственной» деятельности. Изменение отношений между членами сообщества – совместная деятельность, взаимный обмен продуктами деятельности – способствовало превращению стада в общество. Таким образом, причиной очеловечивания животноподобных предков человека явилось возникновение труда и образование человеческого общества.

Зарождающаяся трудовая деятельность влияла на развитие общественных отношений, развивающиеся общественные отношения влияли на совершенствование трудовой деятельности. В труде развивалось и сознание человека – наивысшая в эволюционном ряду форма отражения, для которой характерно выделение объективных устойчивых свойств предметной деятельности и осуществляемое на этой основе преобразование окружающей реальности.

На ранних этапах общественного развития мышление людей имеет ограниченный характер в соответствии с еще низким уровнем общественной практики людей. Чем выше уровень производства орудий, тем соответственно выше уровень отражения. При высоком уровне производства орудий цельная деятельность изготовления орудий разбивается на ряд звеньев, каждое из которых может выполняться разными членами общества. Разделение операций еще дальше отодвигает конечную цель – добывание пищи. Осознать эту закономерность может лишь человек, обладающий абстрактным мышлением. Значит, высокое по уровню производство орудий, развивающееся при общественной организации труда, является важнейшим условием в формировании сознательной деятельности.

Под влиянием труда закреплялись новые функции руки: рука приобретала наибольшую ловкость движений, в связи с постепенно совершенствовавшимся анатомическим строением менялось соотношение плеча и предплечья, увеличивалась подвижность во всех суставах, особенно киста руки. Развитие руки шло во взаимосвязи с развитием всего организма. Специализация руки как органа труда способствовала развитию прямохождения. Действия работающих рук постоянно контролировались зрением. В процессе познания мира, в процессе трудовой деятельности между органами зрения и осязания образуется множество связей, в результате которых изменяется эффект действия раздражителя – он более глубоко, более адекватно сознается человеком.

Особенно большое влияние функционирование руки оказало на развитие мозга. У руки как развивающегося специализированного органа должно было формироваться и представи-

тельство в головном мозгу. Это послужило причиной не только увеличения массы мозга, но и усложнения его структуры.

Таким образом, труд послужил причиной развития человеческого общества, формирования человеческих потребностей, развитая человеческого сознания, не только отражающего, но и пре образующего мир. Все эти явления в эволюции человека вели к коренному изменению формы общения людей между собой. Необходимость передавать опыт предыдущих поколений, обучать трудовым действиям соплеменников, распределять отдельные действия между ними создавала потребность в общении. Язык инстинктов никак не мог удовлетворить эту потребность. Так возникла необходимость в развитии высшей формы общения – человеческого языка.

4.4. Основные признаки воли как психологического явления

Воля – сознательная регуляция субъектом своей деятельности и поведения, обеспечивающая преодоление трудностей при достижении цели путем создания дополнительных побуждений к действиям, обладающих недостаточной мотивацией, или сознательным подавлением действий, противоречащих этим целям или нормам поведения.

Воля – специфически человеческое качество. Воля не относится к числу врожденных или генетически заданных форм поведения. Воля – продукт общественно исторического развития и формируется прижизненно как способность противостоять власти актуальных потребностей и импульсивных желаний. Волевая активность требует преобразования взаимоотношений индивида со средой, формирования у него сознания, новых видов потребностей и способов их удовлетворения. На основе потребности в достижении цели как образа предвосхищаемого результата у человека формируется сознательная ориентировка по отношению к цели как в речевом плане, так и в плане представления, воображения. Цель направляет и регулирует деятельность действия. Но цель, которая должна осуществиться как результат действия, теряет свои регулирующие функции, если она далека и трудна. Расширение и усложнение целей в процессе жизнедеятельности сделали пути их достижения более тяжелыми.

Цели, которые люди ставят перед собой, различаются по дальности (близкие и далекие), трудности достижения, субъективной значимости, степени новизны. Чем более далекой является цель, тем большее число промежуточных действий приходится выполнять в ходе ее достижения. Трудность достижения цели зависит от количества и сложности препятствий. Субъективная значимость отражает место цели в системе жизненных ценностей человека и определяет глубину внутреннего конфликта при отказе от непосредственных желаний.

Волевые действия имеют сложную психологическую структуру. В их строении выделяют несколько этапов: возникновение побуждения и предварительная постановка цели, обсуждение и борьба мотивов, принятие решения и окончательный выбор цели, исполнение и достижение результата. Особенность волевых действий заключается в том, что цель в них, как правило, подчинена не одному, а двум-трем либо еще большему числу мотивов, различных по содержанию, силе и значимости для субъекта. Под влиянием мотивов формируется цель. Принятие волевого решения в значительной степени опирается на убеждения субъекта, на понимание им социальной значимости своего выбора. В то же время этот процесс довольно сложный, неоднозначный и противоречивый. Ученые, изучавшие природу волевого действия, описали психологические механизмы, влияющие на выбор субъектом цели в ситуации борьбы мотивов, видели сущность данного процесса в овладении человеком своими действиями и психическими процессами, в том числе и мотивацией, придавали решающее значение социальной мотивации, формированию и преобразованию смысловых образований в сознании человека.

Этап обсуждения и борьбы мотивов в структуре волевого действия завершается (хотя возможны и возвращения к нему) окончательным принятием цели и переходом к исполнению принятого решения. На этом волевой акт требует от человека волевых усилий, которые переживаются им как борьба с внешними препятствиями и трудностями. Чтобы волевые

усилия оказывали позитивное влияние на эффективность деятельности, она должна быть правильно организована с учетом адекватной оценки сил и возможностей субъекта, строиться в соответствии с планом или графиком работы. В противном случае человек будет уставать и не всегда добиваться ожидаемых результатов. Полезно обдумывать выполняемые действия и их последовательность на уровне мышления и рисовать их в своем воображении. Увеличению интенсивности волевых усилий способствуют повышенная активность субъекта, высокий тонус деятельности, коллективная работа. Снижают интенсивность волевых усилий и уменьшают их влияние на результативность действий усталость, утомление, страх перед неудачей, неверие в собственные силы. Конечный результат волевого действия оценивается человеком с точки зрения его соответствия поставленной цели, на основании чего он принимает решение о продолжении или завершении деятельности. Выполненное волевое действие вызывает у человека чувство удовлетворения.

Воля может проявляться не только в совершении какого-либо действия, но и в его задержке или отказе от него. Этим определяются тормозные функции волевой активности: сдерживание непосредственных и тогда очень сильных конкурирующих желаний на этапе борьбы мотивов; намеренная задержка волевого действия с тем, чтобы детально обдумать варианты, возможные осложнения, взвесить все обстоятельства; управление своим поведением, эмоциями; принятие не импульсивных, а сознательных решений.

В зависимости от того, насколько осознана та или иная потребность, различают влечения и желания. Влечение – неясное стремление, не связанное с четким представлением и с осмысленными целями (некоторые авторы считают, что влечения направлены на определенную цель). Желание – осознанное стремление к определенному объекту, преследующее конкретную цель. Повседневные желания каждого человека обычно являются средством для достижения определенных целей, которые можно назвать конечными. Однако за сознательным желанием может скрываться множество бессознательных побуждений.

Воля обеспечивает выполнение двух взаимосвязанных функций – побудительной и тормозной и в них себя проявляет. *Побудительная* функция обеспечивает активность человека. *Тормозная* функция проявляется в сдерживании нежелательных проявлений активности и сравнительно более развита у личности.

Схема этапов волевого действия:

1. Цель и стремление достичь ее.
2. Осознание ряда возможностей достичь цель.
3. Появление мотивов, подкрепляющих или опровергающих эти возможности.
4. Борьба мотивов (воля предполагает борьбу мотивов).
5. Принятие одной из возможностей в качестве решения.
6. Осуществление принятого решения.

4.5. Воля как характеристика сознания. Структура волевого действия

Воля есть сознательное регулирование человеком своего поведения и деятельности, связанное с преодолением внутренних и внешних препятствий. Воля является важным компонентом психики человека, неразрывно связанной с познавательными мотивами и эмоциональными процессами. Все действия человека могут быть поделены на две категории: произвольные и произвольные. **Непроизвольные действия** совершаются в результате возникновения неосознаваемых или недостаточно отчетливо осознаваемых побуждений (влечений, установок и т.д.). Они имеют импульсивный характер, лишены четкого плана. примером произвольных действий могут служить поступки людей в состоянии аффекта (изумления, страха, восторга, гнева). **Произвольные действия** предполагают осознание цели, предварительное представлений тех операций, которые могут обеспечить ее достижение, их очередность. Все производимые действия, совершаемые сознательно и имеющие цель, названы так, поскольку они производны от воли человека.

Воля нужна при выборе цели, принятии решения, при осуществлении действия, при преодолении препятствий. Преодоление препятствий требует волевого усилия – особого состояния нервно-психического напряжения, мобилизующего физические, интеллектуальные и моральные силы человека. Воля проявляется как уверенность человека в своих силах, как решимость совершать тот поступок, который сам человек считает целесообразным и необходимым в конкретной ситуации. «Свобода воли означает способность принимать решения со знанием дела». Необходимость сильной воли возрастает при наличии: 1) трудных ситуаций «трудного мира», 2) сложного, противоречивого внутреннего мира в самом человеке.

Выполняя различные виды деятельности, преодолевая при этом внешние и внутренние препятствия, человек вырабатывает в себе волевые качества: целеустремленность, решительность, самостоятельность, инициативность, настойчивость, выдержку, дисциплинированность, мужество. Но воля и волевые качества могут у человека не сформироваться, если условия жизни и воспитания в детстве были неблагоприятными. Волевые действия, как и вся психическая деятельность, связаны с функционированием мозга. Важную роль при осуществлении волевых действий выполняют лобные доли мозга, в которых, как показали исследования, происходит сличение достигнутого в каждый раз результата с предварительно составленной программой цели. Поражение лобных долей приводит к абулии – болезненному безволию.

Структура волевого действия

Волевая деятельность всегда состоит из определенных волевых действий, в которых содержатся все признаки и качества воли. Волевые действия бывают простыми и сложными. К *простым* относятся те, при которых человек без колебания идет к намеченной цели, ему ясно, чего и каким путем он будет добиваться. Для простого волевого действия характерно то, что выбор цели, принятие решения о выполнении действия определенным способом осуществляется без борьбы мотивов. В *сложном волевом действии* выделяют следующие этапы: 1) осознание цели и стремление достичь ее; 2) осознание ряда возможностей достижения цели; 3) появление мотивов утверждающих или отрицающих эти возможности; 4) борьба мотивов и выбор; 5) принятие одной из возможностей в качестве решения; 6) осуществление принятого решения; 7) преодоление внешних препятствий при осуществлении принятого решения и достижении поставленной цели. Результаты любого волевого действия имеют для человека два следствия: первое – это достижение конкретной цели; второе связано с тем, что человек оценивает свои действия и извлекает соответствующие уроки на будущее относительно способов достижения цели, затраченных усилий.

4.6. Волевые процессы и волевые качества личности

1. *Сила воли* – основная характеристика, определяющая интенсивность волевых проявлений в континууме сила-слабость; сильную волю характеризуют как решительность, настойчивость, смелость, умение полностью владеть собой и др.

2. *Содержание* – т.е. на что направлена воля.

3. *Активность* – врожденное качество, определяет стремление индивида к взаимодействию с окружающей действительностью; при этом отмечается еще скорость и разнообразие деятельности.

4. *Конформность* – тенденция изменять свое поведение под влиянием других людей, чтобы оно соответствовало мнению окружающих. Близкие понятия: внушаемость, зависимость. Крайнее проявление неконформности – негативизм.

5. *Уровень притязаний* – на что претендует человек. Хорошо показывает *самооценку* человека (самооценка измеряется не только тем, как человек оценивает себя сам, но и тем, как его оценивают другие).

6. *Локус контроля*: экстернальный – склонность приписывать ответственность за результат своей деятельности внешним силам и обстоятельствам, что говорит о безответственности, неуверенности в себе, тревожности; интернальный – ответственность за деятельность

несут собственные усилия и способности. Люди с интервальным локусом более ответственны, общительны, независимы. Локус контроля – достаточно стабильная личностная черта.

Иногда выделяют: а) Первичные волевые качества личности: сила воли, настойчивость, выдержка. б) Вторичные или произвольные волевые качества: решительность, смелость, самообладание, уверенность. в) Третичные волевые качества: ответственность, дисциплинированность, обязательность, принципиальность, деловитость, инициативность.

4.7. Мотив и мотивационная сфера

Поведение человека определяется двумя функционально взаимосвязанными сторонами: регулятивной и побудительной. Регуляция поведения осуществляется посредством различных психических проявлений, таких как ощущения и восприятие, внимание, мышление, память, речь, эмоции и др. Это обеспечивает гибкость и устойчивость поведения в различных условиях. Т.е. то, как складывается поведение от начала и до конца в данной конкретной ситуации. Однако поведение возникает не само по себе, а в силу каких-то причин, побуждений к нему. Побуждение обеспечивает активацию и направленность поведения. Описание механизмов активности и направленности поведения традиционно связано с понятием мотивации. Более широко оно понимается как вся совокупность факторов, вызывающих активность организма и определяющих направленность поведения человека. Сюда включаются такие образования как потребности, мотивы, намерения, цели, интересы, стремления. Наиболее важными из всех мотивационных понятий являются понятия «потребность», «мотив» и «цель».

Потребность – исходная форма активности живых организмов. Понятие «потребности» характеризуется двумя основными свойствами, отражающими ее объективную и субъективную стороны:

1) потребность – объективная необходимость субъекта (организма, социального индивида, личности) в чем-то внешнем, содержащемся в мире, в котором он живет и действует. Это «что-то внешнее» может быть названо благом для удовлетворения потребности или ее предметом – материальным или идеальным. Предмет, который может удовлетворить потребность, жестко не фиксирован. Объем потребности это количество благ, необходимых для ее удовлетворения. Различают постоянный и актуальный объем: первый это количество благ всегда необходимых субъекту для поддержания его жизнедеятельности, а второй – потребных ему именно в данный момент (что и вызывает состояние нужды);

2) потребность представлена субъекту психически (это и есть собственно психологический аспект потребности). В этом аспекте прослеживается связь потребностей с эмоциями. Желания, стремления, убеждения – другие формы отражения потребностных состояний человека. При неудовлетворении органических или социальных потребностей возникает непосредственный эмоциональный ответ – фрустрация.

Основными характеристиками потребностей являются: сила, периодичность возникновения, способы удовлетворения, предметное содержание. Кроме элементарных биологических потребностей у человека имеются и более высокоорганизованные социальные и духовные потребности: в контакте с себе подобными (т. е. общении, социальных контактах) и во внешних впечатлениях (или, в более широком смысле, в познании).

Таким образом, потребность – объективная необходимость в благе, имеющая определенный (постоянный и актуальный) объем и представленная (прямо или косвенно) психически – в форме эмоций, желаний и т.п.

Теперь обратимся к определению мотива, который возникает тогда, когда потребность обретает свое конкретное предметное содержание. Происходит это в акте или процессе её опредмечивания. **Мотив** – эмоционально закрепленный предмет потребности, который направляет деятельность. При одной и той же потребности мотивами наблюдаемого поведения человека могут выступать самые различные предметы. Отсюда понятие «мотив» можно обозначить как устойчивое личностное свойство, которое как бы изнутри, от человека по-

буждает его к совершению определенных действий для обретения нужного предмета потребности (воспринимаемого, представляемого или мыслимого)

Основные психологические функции мотива заключаются в следующем: 1) мотив осуществляет реальное побуждение к деятельности, т.е. запускает ее, обеспечивает энергетически; 2) мотив придает направленность производимой деятельности. Это функция управления активными процессами, приведения их к запланированному результату; 3) мотив осуществляет смыслообразование, благодаря чему понятие «мотива» выходит на субъективный, личностный уровень. Смысл – это ответ на вопрос: зачем? А в развитой личности этот вопрос является решающим, поэтому смыслообразующая функция мотива становится психологически главной.

Виды мотивов различают по виду тех потребностей, которым они отвечают, по форме отражения предмета потребности, по степени обобщения предмета, по степени участия в них сознания.

Термин «мотивация» – более широкое понятие, чем мотив, и охватывает всю совокупность факторов активности человека, определяющих ее направленность. Сюда включаются не только внутренние факторы активности человека, но и внешние, ситуационные факторы. Психологические факторы, которые изнутри предопределяют поведение человека, часто еще называют личностными диспозициями. В этих случаях говорят о диспозиционной мотивации. Внешние причины поведения обусловлены ситуацией, и их, соответственно, определяют как ситуативную мотивацию.

Диспозиционная и ситуативная мотивация не являются независимыми. Диспозиции могут актуализироваться под влиянием определенной ситуации и, напротив, активизация определенных диспозиций (потребностей, побуждений) приводит к изменению восприятия ситуации субъектом. Он воспринимает и оценивает ее предвзято, исходя при этом из своих актуальных интересов и потребностей. Один и тот же человек, в зависимости от его актуального состояния, ту же самую ситуацию может воспринимать по-разному. Практически любое поведение человека детерминировано как диспозиционно, так и ситуационно.

Таким образом, сиюминутное, т.е. актуальное поведение человека следует рассматривать не как реакцию на определенные внутренние или внешние стимулы, а как результат непрерывного взаимодействия его диспозиций и ситуаций. Мотивация в данном случае понимается как процесс непрерывного выбора и принятия решений на основе взвешивания поведенческих альтернатив. Она объясняет целенаправленность действия, организованность и устойчивость целевой деятельности, направленной на достижение определенной цели. Термин «мотивация» в широком понимании используется во всех областях психологии, исследующих причины и механизмы целенаправленного поведения человека.

Цель – в психологии обозначают как ожидаемый результат, на который направлено актуальное поведение человека. Цель, в отличие от мотивов, всегда осознается. Идеальный образ будущего результата становится целью лишь в связи с определенной потребностью, мотивом или системой мотивов. Тогда он приобретает побудительную силу и начинает направлять конкретные действия. Цель является основным объектом внимания человека в данный момент времени, с ней также связано мышление и большая часть эмоциональных переживаний. Психофизиологической основой цели является акцептор результатов действия, регулирующий программу физиологической реализации действия посредством сличения достигнутого результата с требуемым.

Потребности, мотивы и цели – основные составляющие мотивационной сферы человека. Каждая из потребностей может быть реализована во многих мотивах и каждый мотив может быть удовлетворен различной совокупностью целей.

При изучении *потребностно-мотивационной сферы* центральной является проблема ее строения. Существуют три принципиальных решения этой проблемы: а) выделение базовой мотивации и механизмов ее преобразования; б) исследование закономерностей функционирования и развития ситуативной мотивации, возникающей при выполнении действия; в) разделение потребностей по способу удовлетворения, связанное с определением их собственно человеческой специфики.

Теоретически основанием выделения базовой мотивации является представление о том, что мотив изначально присущ субъекту. Базовые потребности выступают как врожденные основания потребностно-мотивационной сферы, или, во всяком случае, изначально для ее анализа, в результате преобразования которых возникают остальные, производные потребности.

По поводу трактовки понятия мотива существует множество мнений, дискуссий, противоречивых подходов. Однако есть объединяющая позиция, согласно которой мотив – это побудитель, так как сам термин происходит от лат. *moveo*, что значит побуждать, толкать. Разногласия начинаются с психологического понимания самой функции побуждения, с выделения ее реального исполнителя. Мотив стоит за всякой деятельностью, но как можно его объективно установить, обнаружить? Для одних научных школ мотив есть внешний стимул, для других – это явление отраженное, психическое. Кто-то считает мотив принадлежащим деятельности, а кто-то – личности.

Определение «мотива» связывает категорию «мотивации» с «поведением» и «деятельностью» как специфической формой поведения. С одной стороны, мотив – это опредмеченная потребность, с другой – это те психологические условия, в которых протекает деятельность человека, в том числе это состояния нужды и эмоций.

Мотив – это психическое образование, определяющее процесс осознанной и целенаправленной деятельности. Следовательно, мотив проистекает из специфики мотиваций и опосредован осознанной предметной деятельностью человека в среде. В сознании мотив представлен в виде некоего эмоционально-когнитивного образования и служит, вероятно, конечной причиной, как стабильности, так и изменчивости поведения и деятельности человека. Следовательно, мотив выступает связующим звеном между поведением и действующей мотивацией.

Формирование мотиваций и производных от них мотивов происходит наиболее интенсивно в первые 10-15 лет жизни, но продолжается уже с меньшей скоростью и продуктивностью в течение всей жизни человека. Основными детерминантами мотиваций являются, *во-первых*, индивидуально типологические особенности человека, возможно наследственной природы, и *во-вторых*, средовые воздействия, которые модифицируют, тормозят развитие одних и способствуют формированию других мотиваций. Социальные механизмы, влияющие на развитие мотиваций, отражаются в общественном и индивидуальном сознании в форме различных ценностей – образов предметов и явлений внешней среды, ради обладания которыми действует человек. Таким образом, ценности внешней среды совпадают с опредмеченной потребностью.

К категории «мотив» тяготеет понятие «интересы», используемое как свидетельство устойчивости того или иного мотива или системы мотивов в течение некоторого периода жизни человека. Словосочетание «познавательные интересы» подразумевает устойчивую мотивацию познания вместе с ее личностной спецификой (интерес конкретно к чему-либо, ради чего-либо, с помощью каких средств реализующийся).

Одной из главных особенностей человеческого сознания является активность в выборе целей и средств их достижения. В этом выражается свобода воли человека. Человек свободен в своих мыслях и действиях не потому, что они причинно не обусловлены, а потому, что объективные условия не вынуждают его поступать однозначно. Он всегда имеет возможность решить, выбрать, как именно ему следует поступить. Принимаемые решения зависят от совокупности внешних обстоятельств и от зрелости самого человека, его способности к самоопределению и самодетерминации своих действий.

Классификация мотивов:

1. Физиологические потребности (голод, жажда, сексуальность).
2. Потребности в безопасности (безопасность и защита от боли, страха, гнева).
3. Потребности в социальных связях: потребности в любви, нежности, социальной приобщенности, идентификации.
4. Потребности самоуважения (в достижении, в признании, в одобрении).

5. Потребности самоактуализации (реализации собственных возможностей и способностей).

Физиологические потребности и потребности в безопасности составляют низшие потребности (нужды), остальные – высшие (потребности роста). Большинство мотивов, которыми руководствуется человек, не являются изолированными. Высшие потребности воспринимаются как менее насущные, но человеку свойственно стремление к самоактуализации. Удовлетворение высших потребностей чаще имеет своим результатом осуществление желаний и развитие личности, чаще приносит радость. Жизнь на более высоком уровне потребностей означает более высокую биологическую эффективность, большую ее продолжительность и т.п.

4.8. Психологические теории мотивации

Многочисленные теории мотивации стали появляться еще в работах древнегреческих философов. В настоящее время таких теорий насчитывается не один десяток.

Взгляды на сущность и происхождение мотивации человека на протяжении всего времени исследования этой проблемы неоднократно менялись, но неизменно располагались между двумя философскими течениями: рационализмом и иррационализмом. Согласно рационалистской позиции, а она особенно отчетливо выступала в работах древних философов и теологов вплоть до середины XIX в., человек представляет собой уникальное существо особого рода, не имеющее ничего общего с животными. Считалось, что только человек наделен разумом, мышлением и сознанием, обладает волей и свободой выбора действий. Мотивационный источник человеческого поведения усматривается исключительно в разуме, сознании и воле человека.

Иррационализм как учение распространился в основном на животных. В нем утверждалось, что поведение животного в отличие от поведения человека несвободно, неразумно, управляется неосознаваемыми силами биологического плана, имеющими свои истоки в органических потребностях.

Первыми мотивационными психологическими теориями, вобравшими в себя рационалистические и иррационалистические идеи, следует считать возникшие в XVII-XVIII вв. теорию принятия решений (объясняющую на рационалистической основе поведение человека) и теорию автомата (объясняющую на иррациональной основе поведение животного). Теория принятия решений появилась в экономике и была связана с внедрением математических знаний в объяснение поведения человека, связанного с экономическим выбором. Затем была перенесена на понимание человеческих поступков и в других сферах его деятельности, отличных от экономики.

Развитие теории автомата, стимулированное успехами механики в XVII-XVIII вв., далее соединилось с идеей рефлекса как механического, автоматического, врожденного ответа живого организма на внешние воздействия. Раздельное, независимое существование двух мотивационных теорий: одной для человека, а другой для животных, поддержанное теологией и разделением философии на два противоборствующих лагеря – материализм и идеализм, - продолжалось вплоть до конца XIX в.

Вторая половина XIX в. ознаменовалась рядом выдающихся открытий в разных науках, в том числе в биологии – появлением эволюционной теории Ч. Дарвина. Она оказала значительное влияние не только на природоведение, но и на медицину, психологию и другие науки. Своим учением Ч. Дарвин как бы перекинул мостик над пропастью, многие столетия разделявшей человека и животных на два несовместимых в анатомо-физиологическом и психологическом отношениях лагеря. Он же сделал первый решительный шаг вперед в поведенческом и мотивационном сближении этих живых существ, показав, что у человека и животных имеется немало общих форм поведения, в частности эмоционально-экспрессивных выражений, потребностей и инстинктов.

Под влиянием теории эволюции в психологии началось интенсивное изучение разумных форм поведения у животных и инстинктов у человека. Если раньше понятие потребности, ассоциированное с нуждами организма, применялось только для объяснения поведения животного, то теперь его стали использовать и для объяснения поведения человека, соответственно изменив и расширив применительно к нему состав самих потребностей. Принципиальные отличия человека от животных на этом этапе развития психологических знаний и мотивационной теории старались свести к минимуму. Человеку в качестве мотивационных факторов стали приписывать те же органические потребности, которыми раньше наделялись только животные, в том числе и инстинкты. Одним из первых проявлений такой крайней иррационалистической, по существу биологической, точки зрения на поведение человека стали теории инстинктов З. Фрейда и У. Мак-Дауголла, предложенные в конце XIX в. и разработанные в начале XX в.

Пытаясь понять социальное поведение человека по аналогии с поведением животных, примирить это понимание с привлекавшими в то время многих ученых открытиями в области сравнительных исследований интеллекта человека и человекообразных обезьян, З. Фрейд и У. Мак-Дауголл предприняли попытки свести все формы человеческого поведения к врожденным инстинктам.

Базовые потребности выступают как врожденные основания потребностно-мотивационной сферы или, во всяком случае, изначальные для ее анализа, в результате преобразования которых возникают остальные, производные потребности. У. Мак-Дауголл предлагал понятие инстинкта (позже – склонности). Инстинкт представляет собой единство познавательного (избирательность восприятия), аффективного (эмоциональный импульс – ядро инстинкта) и моторного (наличие телесных механизмов для инстинктивного поведения) компонентов. Механизм преобразования инстинкта раскрыл К. Лоренц (считавший себя учеником Мак-Дауголла) при изучении его моторного, поведенческого компонента: это – механизм запечатления (импринтинга).

В классическом психоанализе (если рассматривать его как теорию мотивации) изначальными побуждениями являются телесные (либидозные) инстинкты (или влечения), а механизмами их преобразования – различные формы сублимации.

Споры, которые начались вокруг теории инстинктов еще в начале XX в., ни к чему позитивному для дальнейшей судьбы этой концепции не привели. Ни на один из поставленных вопросов ее сторонники не смогли дать научного ответа. В конце концов, дискуссия вокруг теории инстинктов закончилась тем, что само понятие «инстинкт» применительно к человеку стали употреблять все реже и реже, заменяя его такими понятиями, как потребность, рефлекс, влечение (drive) и другие, которые включали в анализ психических явлений.

В 20-е гг. XX в. на смену теории инстинктов пришла концепция биологических потребностей. В этой концепции утверждалось, что у человека и у животных есть общие органические потребности, которые оказывают одинаковое действие на их поведение. Периодически возникающие органические потребности вызывают состояние возбуждения и напряжения в организме, а удовлетворение потребности ведет к снижению (редукции) напряжения.

Принципиальных различий между понятиями инстинкта и потребности не было, за исключением того, что инстинкты являются врожденными, неизменными, а потребности могут приобретаться и меняться в течение жизни, особенно у человека. Позднее эти понятия – «инстинкта» и «потребности» – были заменены понятием влечения – drive. Влечение – стремление организма к какому-то конечному результату, субъективно представленное в виде некоторой цели и сопровождающееся соответствующими эмоциональными переживаниями.

Кроме теории биологических потребностей человека, инстинктов и влечений, в эти же годы (начало XX в.) возникли еще два новых направления. Это поведенческая (бихевиористская) теория мотивации и теория Высшей нервной деятельности.

Поведенческая концепция мотивации развивалась как логическое продолжение идей Д. Уотсона, согласно которой поведение объяснялось в рамках исходной стимульно-реактивной (S→R) схемы. Здесь выделяются первичные потребности – врожденные драйвы, на основе

которых путем научения формируются вторичные потребности. Последователь Уотсона, американский психолог Э. Толмен в 1948 г. подверг сомнению схему $S \rightarrow R$, считая ее слишком упрощенной. Он приходит к выводу, что связи между стимулами и поведенческими реакциями не являются прямыми. Они опосредованы психическими процессами донного индивида (J), зависимыми от его наследственности, физиологического состояния, прошлого опыта и природы стимула. Формула Уотсона у Толмена приобрела иной вид: $S \rightarrow J \rightarrow R$, где средним звеном являются промежуточные переменные. Он выделил три главных группы таких «промежуточных переменных»: потребностная система, система ценностных мотивов (предпочтений одних объектов другими) и переменные бихевиориальные поля (ситуация, в которой совершается действие). Кроме Д. Уотсона и Э. Толмена, среди представителей этого направления, получивших наибольшую известность, можно назвать К. Халла и Б. Скиннера. В современном варианте (а эта теория продолжает разрабатываться до сих пор, почти в том же виде, в каком она была предложена еще в начале и середине XX в. Э. Толменом и К. Халлом) рассматриваемая концепция включает новейшие достижения в области физиологии, кибернетики и психологии поведения.

Учение о Высшей нервной деятельности, созданное И. П. Павловым, составляет естественно-научную основу материалистической теории отражения. В основе Высшей нервной деятельности лежат условные рефлексы и сложные безусловные рефлексы. Для психики человека характерно наличие не только первой сигнальной системы, свойственной и животным, но и второй сигнальной системы, связанной с речью и свойственной только человеку. Исследования, начатые И. П. Павловым, были продолжены, углублены и расширены не только его непосредственными учениками и последователями, но и другими физиологами и психологами. Среди них можно назвать Н. А. Берштейна, автора оригинальной теории психофизиологической регуляции движений, П. К. Анохина, предложившего модель функциональной системы, на современном уровне описывающую и объясняющую динамику поведенческого акта, и Е. И. Соколова, который открыл и исследовал ориентировочный рефлекс, имеющий большое значение для понимания психофизиологических механизмов восприятия, внимания и мотивации, предложил модель концептуальной рефлекторной дуги. Начиная с 30-х гг. XX в. появляются и выделяются специальные концепции мотивации, относимые только к человеку. Одной из первых таких концепций явилась теория мотивации К. Левина. Вслед за ней были опубликованы работы представителей гуманистической психологии, таких, как А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс и др.

Концепция К. Левина, уникального гештальт-исследователя мотивации, основывается на представлении о человеке как о субъекте, действующего в предметном и социальном окружении. Потребности субъекта рассматриваются как возникающие здесь и сейчас, в процессе действия с объектом. Центральное понятие – понятие мотивационного поля, в котором и возникают субъект-объектные напряжения. Со стороны субъекта их источником является квази-потребность, которую можно определить, как потребность завершить начатое действие, выраженную в намерении, а объекты имеют свой «требовательный характер» – определенные валентности, являясь потенциальными мотивами.

Разделение потребностей по способу удовлетворения и определение их собственно человеческой специфики связано со становлением и развитием гуманистической психологии. Выделяют два таких способа удовлетворения: первый – это стремление к редукции напряжения, снятию мотивационных противоречий (считавшийся ранее единственным), второй – стремление к поддержанию напряжения, к развитию, а значит – поиску противоречий. В психологии разработана иерархия («пирамида») фундаментальных потребностей, которая начинается с уровня физиологических нужд, удовлетворяемых первым способом, а заканчивается потребностью в самоактуализации – ярким примером второго. Всего же уровней в иерархии – семь, и каждый следующий становится актуальным тогда, когда освоены предыдущий. Таким образом, «пирамида» сравнима с «лестницей», а ее уровни – со «ступенями», которые можно сгруппировать в природные, социальные и собственно личностные. Сначала следуют два природных уровня: при удовлетворении физиологических нужд (например, ко-

гда животное сыто) возникает, точнее, становится самостоятельной потребностью в безопасности. Затем – два социальных уровня: потребность человека в принадлежности обществу, своей социальной группе (выражаемая в чувстве сопричастности с ней) и необходимость в принятии, признании другими людьми, выступающая как потребность в самоуважении. У. Джеймс описывал оба эти уровня как потребность в общении, а необходимость человека в социальном признании называл стремлением быть замеченным. И, наконец, три уровня собственно личностного развития (роста) – потребность в познании мира и себя в нем (здесь – ради самого познания), потребность в гармонии (эстетическая потребность), удовлетворение которой является ближайшим условием самоактуализации – седьмой потребности в «пирамиде» потребностей. При выделении же специфически человеческих потребностей возможны два пути. Один из них – поверхностный и неверный, спровоцированный, в частности, пониманием перечисленных уровней как высших и низших (хотя все они равноправны). Отсюда следует попытка отличить потребности человека от потребностей животных по содержанию. Еще сравнительно недавно только человеческими назывались потребности в общении, собственно познавательная потребность, но результаты экспериментов с животными заставляли все выше поднимать искомую разделяющую грань. Сегодня пора признать, что филогенетические предпосылки имеют все перечисленные уровни, вплоть до потребности в самоактуализации. Более того, поиск собственно человеческой природы потребностей за рамками биологического смысла приведет в тупик: «высшими» придется считать аномальные потребности, именуемые в быту вредными привычками.

Иной, адекватный путь определения специфики любых, в том числе природных потребностей человека уже назван: это указание на способ их удовлетворения. Согласно гуманистической психологии, таково стремление к развитию, но следует добавить, что развитие, да и становление человеческих потребностей осуществляется через освоение культурных предметов – как средств преобразования природы, удовлетворяющих потребности человека и человечества.

В отечественной психологии после революции 1917 г. также предпринимались попытки ставить и решать проблемы мотивации человека. Но долгие годы, вплоть до середины 60-х гг., по сложившейся десятилетиями неоправданной традиции психологические исследования были в основном ориентированы на изучение познавательных процессов. Из созданных за эти годы более или менее продуманных и доведенных до определенного уровня завершенности можно назвать только теорию происхождения мотивационной сферы человека А. Н. Леонтьева. Согласно его концепции мотивационная сфера человека, как и другие его психологические особенности, имеет свои источники в практической деятельности. В самой деятельности можно обнаружить те составляющие, которые соответствуют элементам мотивационной сферы, функционально и генетически связаны с ними. Между структурой деятельности и строением мотивационной сферы человека существуют отношения изоморфизма (взаимного соответствия). Поведение в целом соответствует потребностям человека, а система деятельности складывается из разнообразных мотивов. В основе динамических изменений, которые происходят с мотивационной сферой человека, лежит развитие системы деятельностей, которое, в свою очередь, подчиняется объективным социальным законам. Т.о., данная концепция представляет собой объяснение происхождения и динамики мотивационной сферы человека. Она показывает как может измениться система деятельностей, как преобразуется ее иерархизированность, каким образом возникают и исчезают отдельные виды деятельности и операций, какие модификации происходят с действиями. Из этой картины развития деятельностей далее выводятся законы, согласно которым происходят изменения и в мотивационной сфере человека, приобретением им новых потребностей, мотивов и целей.

Итак, в психологии мотивации выделились и до сих пор продолжают разрабатываться, как относительно самостоятельные, девять теорий. Каждая из них имеет свои достижения и недостатки. В отдельности они в состоянии объяснить лишь некоторые феномены мотивации. Только интеграция всех теорий способна дать нам более или менее полную картину детерминации человеческого поведения.

Темы рефератов:

1. Развитие личности в деятельности.
2. Мотивационная сфера личности и волевая деятельность.
3. Методы экспериментального изучения психомоторики.
4. Работоспособность, утомление, переутомление.

Рекомендуемая литература:

1. Немов Р. С. Психология: В 3-х книгах. Кн. 1. Общие основы психологии. 3-е изд. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2003. – 608 с.
2. Нуркова В.В., Березанская Н.Б. Психология. – М., 2004.
3. Петухов В. В. и др. Общая психология: Тексты. Книга 2. – М.: УМК «Психология», 2005.
4. Сосновский Б. А. Психология. – М.: Юрайт, 2005.
5. Столяренко Л.Д. Психология: Учебник. – Спб.: Питер-М, 2004. – 592 с.

ТЕСТ «ИССЛЕДОВАНИЕ ТРЕВОЖНОСТИ (ОПРОСНИК СПИЛБЕРГЕРА-ХАНИНА)

Вводные замечания. Измерение тревожности как свойства личности особенно важно, так как это свойство во многом обуславливает поведение субъекта. Определенный уровень тревожности - естественная и обязательная особенность активной деятельной личности. У каждого человека существует свой оптимальный, или желательный, уровень тревожности - это так называемая полезная тревожность. Оценка человеком своего состояния в этом отношении является для него существенным компонентом самоконтроля и самовоспитания.

Под личностной тревожностью понимается устойчивая индивидуальная характеристика, отражающая предрасположенность субъекта к тревоге и предполагающая наличие у него тенденции воспринимать достаточно широкий «веер» ситуаций как угрожающие, отвечая на каждую из них определенной реакцией. Как предрасположенность, личная тревожность активизируется при восприятии определенных стимулов, расцениваемых человеком как опасные для самооценки, самоуважения. Ситуативная или реактивная тревожность как состояние характеризуется субъективно переживаемыми эмоциями: напряжением, беспокойством, озбоченностью, нервозностью. Это состояние возникает как эмоциональная реакция на стрессовую ситуацию и может быть разным по интенсивности и динамичности во времени.

Личности, относимые к категории высокотревожных, склонны воспринимать угрозу своей самооценке и жизнедеятельности в обширном диапазоне ситуаций и реагировать весьма выраженным состоянием тревожности. Если психологический тест выражает у испытуемого высокий показатель личностной тревожности, то это дает основание предполагать у него появление состояния тревожности в разнообразных ситуациях, особенно когда они касаются оценки его компетенции и престижа.

Большинство из известных методов измерения тревожности позволяет оценить или только личностную, или состояние тревожности, либо более специфические реакции. Единственной методикой, позволяющей дифференцированно измерять тревожность и как личностное свойство, и как состояние является методика, предложенная Ч. Д. Спилбергером. На русском языке его шкала была адаптирована Ю. Л. Ханиным.

ШКАЛА СИТУАТИВНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ (СТ)

Инструкция. Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений и зачеркните цифру в соответствующей графе справа в зависимости от того, как вы себя чувствуете в данный момент. Над вопросами долго не задумывайтесь, поскольку правильных и неправильных ответов нет.

№ п/п	Суждение	Нет, это не так	Пожалуй, так	Верно	Совершенно верно
1	Я спокоен	1	2	3	4
2	Мне ничто не угрожает	1	2	3	4
3	Я нахожусь в напряжении	1	2	3	4
4	Я внутренне скован	1	2	3	4
5	Я чувствую себя свободно	1	2	3	4
6	Я растроен	1	2	3	4
7	Меня волнуют возможные неудачи	1	2	3	4
8	Я ощущаю душевный покой	1	2	3	4
9	Я встревожен	1	2	3	4
10	Я испытываю чувство внутреннего удовлетворения	1	2	3	4
11	Я уверен в себе	1	2	3	4
12	Я нервничаю	1	2	3	4
13	Я не нахожу себе места	1	2	3	4
14	Я взвинчен	1	2	3	4
15	Я не чувствую скованности	1	2	3	4
16	Я доволен	1	2	3	4
17	Я озабочен	1	2	3	4
18	Я слишком возбужден и мне не по себе	1	2	3	4
19	Мне радостно	1	2	3	4
20	Мне приятно	1	2	3	4

ШКАЛА ЛИЧНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ (ЛТ)

Инструкция. Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений и зачеркните цифру в соответствующей графе справа в зависимости от того, как вы себя чувствуете обычно. Над вопросами долго не думайте, поскольку правильных или неправильных ответов нет.

№ п/п	Суждение	Никогда	Почти никогда	Часто	Почти всегда
21	У меня бывает приподнятое настроение	1	2	3	4
22	Я бываю раздражительным	1	2	3	4
23	Я легко расстраиваюсь	1	2	3	4
24	Я хотел бы быть таким же удачливым, как и другие	1	2	3	4
25	Я сильно переживаю неприятности и долго не могу о них забыть	1	2	3	4
26	Я чувствую прилив сил и желание работать	1	2	3	4
27	Я спокоен, хладнокровен и собран	1	2	3	4
28	Меня тревожат возможные трудности	1	2	3	4
29	Я слишком переживаю из-за пустяков	1	2	3	4
30	Я бываю вполне счастлив	1	2	3	4
31	Я все принимаю близко к сердцу	1	2	3	4
32	Мне не хватает уверенности в себе	1	2	3	4
33	Я чувствую себя беззащитным	1	2	3	4
34	Я стараюсь избегать критических ситуа-	1	2	3	4

№ п/п	Суждение	Никогда	Почти никогда	Часто	Почти всегда
	ций и трудностей				
35	У меня бывает хандра	1	2	3	4
36	Я бываю доволен	1	2	3	4
37	Всякие пустяки отвлекают и волнуют меня	1	2	3	4
38	Бывает, что я чувствую себя неудачником	1	2	3	4
39	Я уравновешенный человек	1	2	3	4
40	Меня охватывает беспокойство, когда я думаю о своих делах и заботах	1	2	3	4

ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ.

1. Определение показателей ситуативной и личностной тревожности с помощью ключа.
2. На основе оценки уровня тревожности составление рекомендаций для коррекции поведения испытуемого.
3. Вычисление среднегруппового показателя СТ и ЛТ и их сравнительный анализ в зависимости, например, от половой принадлежности испытуемых.

При анализе результатов самооценки надо иметь в виду, что общий итоговый показатель по каждой из подшкал может находиться в диапазоне от 20 до 80 баллов. При этом чем выше итоговый показатель, тем выше уровень тревожности (ситуативной или личностной). При интерпретации показателей можно использовать следующие ориентировочные оценки тревожности: до 30 баллов - низкая, 31-44 балла - умеренная; 45 и более высокая.

Ключ

Номера суждения	Ответы			
	Никогда	Почти никогда	Часто	Почти всегда
СТ				
1	4	3	2	1
2	4	3	2	1
3	1	2	3	4
4	1	2	3	4
5	4	3	2	1
6	1	2	3	4
7	1	2	3	4
8	4	3	2	1
9	1	2	3	4
10	4	3	2	1
11	4	3	2	1
12	1	2	3	4
13	1	2	3	4
14	1	2	3	4
15	4	3	2	1
16	4	3	2	1
17	1	2	3	4
18	1	2	3	4
19	4	3	2	1

20	4	3	2	1
ЛТ				
21	4	3	2	1
22	1	2	3	4
23	1	2	3	4
24	1	2	3	4
25	1	2	3	4
26	4	3	2	1
27	4	3	2	1
28	1	2	3	4
29	1	2	3	4
30	4	3	2	1
31	1	2	3	4
32	1	2	3	4
33	1	2	3	4
34	1	2	3	4
35	1	2	3	4
36	4	3	2	1
37	1	2	3	4
38	1	2	3	4
39	4	3	2	1
40	1	2	3	4

По каждому испытуемому следует написать заключение, которое должно включать оценку уровня тревожности и при необходимости рекомендации по его коррекции. Так, лицам с высокой оценкой тревожности следует формировать чувство уверенности и успеха. Для низкотревожных людей, напротив, требуется пробуждение активности, подчеркивание мотивационных компонентов деятельности, возбуждение заинтересованности, высвечивание чувства ответственности в решении тех или иных задач.

По результатам обследования группы также пишется заключение, оценивающее группу в целом по уровню ситуативной и личностной тревожности, кроме того, выделяются лица, высоко- и низкотревожные.

ТЕМА 5. Познавательная сфера

5.1. Ощущения, их психологическая характеристика

Ощущение – это отражение в коре головного мозга отдельных свойств предметов и явлений, воздействующих в данный момент на человека. Ощущения являются самыми простыми из всех психических явлений. Физиологической основой ощущения является работа анализаторов.

Классификация ощущений:

1. Дистантные (зрительные, слуховые) и контактные (осязательные, вкусовые) ощущения.

2. По расположению рецептора:

- интэрорецептивные – органические (внутренние),

- проприорецептивные, (мышечные),

- экстерорецептивные – зрительный, слуховой, кожный, обонятельный (внешние).

3. По модальности раздражителя ощущения делят на зрительные, слуховые, обонятельные, вкусовые, тактильные, статические и кинестетические, температурные, болевые, жажды, голода.

Зрительные ощущения. Они возникают в результате воздействия световых лучей на чувствительную часть нашего глаза – сетчатку, являющуюся рецептором зрительного анализатора.

Слуховые ощущения. Эти ощущения так же относятся к дистантным ощущениям и так же имеют большое значение в жизни человека. Раздражителем для слуховых ощущений являются звуковые волны – продольные колебания частиц воздуха, распространяющиеся во все стороны от источника звука. Слуховые ощущения отражают: громкость, которая зависит от амплитуды их колебаний; тембр звука – формы колебаний звуковых волн. Все слуховые ощущения можно свести к трем видам – речевые, музыкальные, шумы.

Вибрационные ощущения. К слуховым ощущениям примыкает вибрационная чувствительность. Вибрационные ощущения отражают колебания упругой среды. У человека вибрационная чувствительность подчинена слуховой и зрительной..

Обонятельные ощущения. Они относятся к дистантным ощущениям, которые отражают запахи окружающих нас предметов. Органами обоняния являются обонятельные клетки, расположенные в верхней части носовой полости.

Вкусовые ощущения. Вызываются действием на вкусовые рецепторы веществ, растворенных в слюне или воде. Вкусовые рецепторы различают ощущения сладкого, кислого, соленого и горького.

Кожные ощущения. В кожных покровах имеется несколько анализаторных систем: тактильная (ощущения прикосновения), температурная (ощущение холода и тепла), болевая. Система тактильной чувствительности охватывает все человеческое тело. Если прикоснуться к поверхности тела, затем надавить на него, то давление может вызвать болевое ощущение. Температурные ощущения связаны с регулированием теплообмена между организмом и окружающей средой.

О положении тела в пространстве сигнализируют *статические* ощущения.

Общие свойства ощущений:

1. Качество ощущений.

2. Интенсивность ощущений. Определяется силой действующего раздражителя на функциональную систему рецептора.

3. Длительность ощущений. Определяется органом чувств времени, действием раздражителя и его интенсивностью.

4. Пространственная локализация.

Общие закономерности ощущений:

1. Чувствительность – способность реагировать на сравнительно слабое или незначительно отличающихся друг от друга воздействий. Чувствительность: а) абсолютная; б) относительная. Величина обратная чувствительности называется порогом ощущения.
2. различают нижний (минимальная величина раздражителя, вызывающая едва заметное ощущение), верхний (максимальная величина раздражения, при которой вызываются ощущения дальней модальности). Нижний и верхний пороги называются абсолютными.
3. Адаптация – изменение чувствительности органов чувств под влиянием деятельности раздражителя.
4. Взаимодействие ощущений – изменение чувствительности анализатора под влиянием раздражения других органов чувств.
5. Сенсбилизация – повышение чувствительности в результате взаимодействия анализаторов и упражнения.
6. Синестезия – возникновение под влиянием раздражения 1-го анализатора, ощущение характерное для другого.
7. Компенсация – повышение чувствительности 1-ых анализаторов, при наличии дефектов у других.

5.2. Восприятие: свойства, особенности и виды

Восприятие дает *целостный* образ предмета или явления. **Восприятием** называют психический процесс отражения предметов и явлений действительности в совокупности их различных свойств и частей при непосредственном воздействии на органы чувств.

Свойства восприятия:

1. *Константность* восприятия – относительная независимость образа от условий восприятия, проявляющиеся в его неизменности (форма, цвет и размер предметов). Значение константности очень велико.

2. *Предметность* восприятия – проявляется в том, что объект воспринимается как обособленное в пространстве и во времени отдельное физическое тело. Наиболее ярко это свойство проявляется в феномене выделения фигуру из фона.

3. *Целостность*. Выделяются 2 взаимосвязанных аспекта: объединение разных элементов в целое и независимость образованной целостности от качества элемента. При этом восприятие целого влияет на восприятие частей. Несколько правил группировки частей в целое были впервые сформулированы Вертгеймером.

- правило подобия – чем больше части картины похожи друг на друга по какому-либо зрительному воспринимаемому качеству, тем с большей вероятностью они будут восприниматься как расположенные вместе.
- правило общей судьбы – множество элементов движущихся с одинаковой скоростью и по одной траектории воспринимаются целостно, как единый движущийся объект. Это правило применимо тогда, когда объекты неподвижны, но движется наблюдатель.
- правило близости. В любом поле, содержащем несколько объектов, те из них, которые расположены наиболее близко друг к другу визуально могут восприниматься целостно, как один предмет.

4. *Структурность* восприятия – чем больше мы воспринимаем предмет, тем образ богаче.

5. *Осмысленность* восприятия – любой предмет, который мы воспринимаем, имеет определенный смысл, мы его воспринимаем с позиции определенного смысла.

6. *Избирательность* восприятия – проявляется в преимущественном выделении одних объектов по сравнению с другими.

Особенности восприятия:

1. Активность восприятия связана с исследованием и построением образа предмета. Тесно связаны с движением.
2. Апперцепция – значение прошлого опыта.
3. Иллюзия – искаженное восприятие действительности (мираж, фокусы).

Виды восприятия:

1. Восприятие предметов.
2. Восприятие отношений.
3. Восприятие человека.
4. Восприятие пространства (форма, величина предмета, рельеф и др.).
5. Восприятие времени.
6. Восприятие движения.

В зависимости от целенаправленного характера деятельности личности восприятие разделяют на преднамеренное (произвольное) и непреднамеренное (непроизвольное). *Непреднамеренное* (непроизвольное) восприятие вызывается как особенностями предметов окружения, так и соответствиям их интересам личности. В непреднамеренном восприятии нет заранее поставленной цели деятельности. Отсутствует в нем и волевая активность. В *преднамеренном* восприятии человек ставит цель деятельности, прилагая определенные волевые усилия для лучшей реализации возникшего намерения, произвольно выбирает объекты восприятия.

5.3. Свойства и виды внимания

Внимание – это направленность психики (сознания) на определенные объекты, имеющие для личности устойчивую и ситуативную значимость, сосредоточение психики (сознания), предполагающее повышенный уровень сенсорной, интеллектуальной или двигательной активности. Внимание – это избирательная направленность на тот или иной объект и сосредоточенность на нем, углубленность в направленную на объект познавательную деятельность.

Свойства внимания:

1. *Объем* внимания – измеряется тем количеством объектов, которые воспринимаются одновременно. Объединенные по смыслу объекты воспринимаются в большом количестве, чем не объединенные.
2. *Сосредоточенность* (концентрация) внимания – степень сосредоточения сознания на объекте (объектах).
3. *Распределяемость* внимания – выражается в умении одновременно выполнять несколько действий или вести наблюдение за несколькими процессами, объектами.
4. *Устойчивость* внимания – понимается общая направленность внимания в процессе деятельности. На устойчивость внимания значительное влияние оказывает интерес. Необходимым условием устойчивости внимания является разнообразие впечатлений или выполняемых действий.
5. *Колебание* внимания – периодическое ослабление внимания к конкретному объекту или деятельности.
6. *Переключаемость* внимания – состоит в перестройке внимания, в переносе его с одного объекта на другой. Различают переключение внимания произвольное и непроизвольное.

Виды внимания: *Непроизвольное* внимание – это сосредоточение сознания на объекте в силу каких-то его особенностей. *Произвольное* внимание – это сознательно регулируемое сосредоточение на объекте. *Послепроизвольное* внимание – вызывается через вхождение в деятельность и возникающий в связи с этим интерес, в результате длительное время сохраняется целенаправленность, снимается напряжение и человек не устает, хотя послепроизвольное внимание может длиться часами. Послепроизвольное внимание является самым эффективным и длительным.

5.4. Память: понятие, основные процессы памяти, виды и структура

Память – форма психического отражения, заключающаяся в закреплении, сохранении и последующем воспроизведении прошлого опыта, делающая возможным его повторное использование в деятельности или возвращение в сферу сознания. Память – основа психической деятельности.

Образы предметов или процессов реальной действительности, которые мы воспринимали ранее, а сейчас мысленно воспроизводим, называются **представлениями**.

Представления памяти являются воспроизведением, более или менее точным, предметов или явлений, когда-то действовавших на наши органы чувств. **Представления воображения** – это представление о предметах, которые в таких сочетаниях или в таком виде никогда нами не воспринимались.

В основе памяти лежат ассоциации или связи. Предметы или явления, связанные в действительности, связываются и в памяти человека. С физиологической точки зрения ассоциация представляет собой временную нервную связь. Различают два рода ассоциаций: по смежности, по сходству и контрасту. Ассоциация по смежности объединяет два явления, связанные во времени или в пространстве (заучивание алфавита). Ассоциация по сходству связывает два явления, имеющие сходные черты: при упоминании одного из них вспоминается другое. Ассоциация по контрасту связывает два противоположных явления. Кроме этих видов, существуют сложные ассоциации – ассоциации по смыслу; в них связываются два явления, которые и в действительности постоянно связаны: часть и целое, род и вид, причина и следствие.

Основными процессами памяти являются запоминание, сохранение, узнавание и воспроизведение. **Запоминание** – процесс, направленный на сохранение в памяти полученных впечатлений, предпосылка сохранения. **Сохранение** – процесс активной переработки, систематизации, обобщения материала, овладения им. **Воспроизведение** и **узнавание** – процессы восстановления прежде воспринятого. Различие между ними заключается в том, что узнавание имеет место при повторной встрече с объектом, при повторном его восприятии. **Воспроизведение** же происходит в отсутствии объекта.

Виды памяти:

1. **Непроизвольная** память (информация запоминается сама собой без специального заучивания, а в ходе выполнения деятельности, в ходе работы над информацией).
2. **Произвольная** память (информация запоминается целенаправленно с помощью специальных приемов). Эффективность произвольной памяти зависит: 1) от целей запоминания (насколько прочно, долго человек хочет запомнить); 2) от приемов заучивания. Приемы заучивания бывают: механическое дословное многократное повторение (работает механическая память); логический пересказ (работает логическая память); образные приемы запоминания (работает образная память); мнемотехнические приемы запоминания.

Виды памяти в соответствии с типом запоминаемого материала:

1. **Двигательная** память, т.е. способность запоминать и воспроизводить систему двигательных операций.
2. **Образная** память, т.е. возможность сохранять и в дальнейшем использовать данные нашего восприятия. В зависимости от того, какой анализатор принимал наибольшее участие в формировании образа, можно говорить о пяти подвидах образной памяти: зрительной, слуховой, осязательной, обонятельной и вкусовой.
3. **Эмоциональная** память, формируется практически одновременно с двигательной. Представляет собой запечатление пережитых нами чувств, собственных эмоциональных состояний и аффектов.
4. **Вербальная** (иногда называется словесно-логическая или семантическая) память. С ее помощью образуется информационная база человеческого интеллекта, осуществляется большинство мыслительных действий.

Большинство психологов признает существование нескольких уровней памяти, различающихся по тому, как долго на каждом из них может сохраняться информация. Первому уровню соответствует непосредственный или *сенсорный* тип памяти. Ее системы удерживают довольно точные и полные данные о том, как воспринимается мир нашими органами чувств на уровне рецепторов. Длительность сохранения данных 0,1 – 0,5 сек. Второй уровень – это *кратковременная* память. Кратковременная память все же поддается сознательной регуляции, может контролироваться человеком. КП ограничена по объему. Третий уровень – это *долговременная* память. Обеспечивает длительное сохранение информации. Она бывает двух типов: 1) ДП с сознательным доступом (т.е. человек может по своей воле извлечь, вспомнить нужную информацию); 2) ДП закрытая (человек в естественных условиях не имеет к ней доступа, лишь при гипнозе, при раздражении участков мозга может получить к ней доступ и анализировать во всех деталях образы, переживания, картины всей жизни). Для этого типа памяти свойственна закономерность забывания: забывается все ненужное. Забывание может быть полным и частичным, длительным или временным. Четвертый уровень – это *оперативная* память. Проявляется в ходе выполнения определенной деятельности, обслуживающая эту деятельность благодаря сохранению информации, поступающей как из КП, так и из ДП, необходимой для выполнения текущей деятельности. Пятый уровень – это *промежуточная* память. Обеспечивает сохранение информации в течение нескольких часов, накапливает информацию в течении дня, а время ночного сна отводится организмом для очищения промежуточной памяти и категоризации информации, накопленной за прошедший день, перевода ее в долговременную память. По окончании сна, промежуточная память опять готова к приему новой информации.

5.5. Понятие воображения и его виды

Воображение – это психический процесс создания нового в форме образа, представления или идеи. Процесс воображения свойственен только человеку и является необходимым условием его трудовой деятельности. Воображение всегда направлено на практическую деятельность человека. Физиологическую основу воображения составляет образование новых сочетаний из тех временных связей, которые уже сформировались в прошлом опыте. Источник воображения – объективная реальность.

В психологии различают *произвольное* и *непроизвольное* воображение. Первое проявляется, например, в ходе целенаправленного решения научных, технических и художественных проблем при наличии осознанной и отрефлексированной поисковой доминанты, второе – в сновидениях, так называемых изменных состояниях сознания и т.д. Особую форму воображения образует *мечта*. Мечта может стать сильным мотивирующим фактором творческого поиска.

Виды воображения. Можно выделить несколько видов воображения, среди которых основные – *пассивное* и *активное*. Пассивное в свою очередь делится на *произвольное* (мечтательность, грезы) и *непроизвольное* (гипнотическое состояние, сновидовая фантазия). Активное воображение включает в себя *артистическое*, *творческое*, *критическое*, *воссоздающее* и *антиципирующее*. Активное воображение всегда направлено на решение творческой или личностной задачи. В активном воображении мало мечтательности и «беспочвенной» фантазии. Активное воображение направлено в будущее. Активное воображение направлено больше вовне, человек занят в основном средой, обществом, деятельностью и меньше внутренними субъективными проблемами. Воссоздающее воображение – один из видов активного воображения, при котором происходит конструирование новых образов, представлений у людей в соответствии с воспринятой извне стимуляцией в виде словесных сообщений, схем, условных изображений, знаков и т.д. Антиципирующее воображение лежит в основе очень важной и необходимой способности человека – предвосхищать будущие события, предвидеть результаты своих действий и т.д. В ходе творческого воображения человек самостоятельно создает новые образы и идеи, представляющие ценность для других людей или обще-

ства в целом и которые воплощаются в конкретные оригинальные продукты деятельности. Образы творческого воображения создаются посредством различных приемов интеллектуальных операций. Т. Рибо выделил две основные операции: диссоциацию и ассоциацию. *Диссоциация* – это отрицательная и подготовительная операция, в ходе которой раздробляется чувственно данный опыт. Диссоциация – первый этап творческого воображения, этап подготовки материала. *Ассоциация* – создание целостного образа из элементов вычлененных единиц образов. Ассоциация дает начало новым сочетаниям, новым образам. Ближе к этим видам воображения находится *эмпатия* – способность понимать другого человека, проникаться его мыслями и чувствами, сострадать, сорадоваться, сопереживать.

5.6. Психологическая характеристика мышления

Мышление – наиболее обобщенная и опосредованная форма психического отражения, устанавливающая связи и отношения между познаваемыми объектами.

Функция мышления – расширение границ познания путем выхода за пределы чувственного восприятия.

Задача мышления – раскрытие отношений между предметами, выявление связей и отделение их от случайных совпадений.

Навыки и способы мышления развиваются у человека в онтогенезе, при воздействии среды – человеческого общества.

Виды мышления.

- *Наглядно-действенное мышление* – вид мышления, опирающийся на непосредственное восприятие предметов, реальное преобразование в процессе действий с предметами.
- *Наглядно-образное мышление* – вид мышления, характеризующийся опорой на представления и образы. Очень важная особенность образного мышления – становление непривычных, невероятных сочетаний предметов и их свойств.
- *Словесно-логическое мышление* – вид мышления, осуществляемый при помощи логических операций с понятиями.

Различают *теоретическое* и *практическое*, *интуитивное* и *аналитическое*, *реалистическое* и *аутистическое*, *продуктивное* и *репродуктивное* мышление. (самостоятельно).

Мышление в отличие от других процессов совершается в соответствии с определенной логикой. Соответственно, в структуре мышления можно выделить следующие логические операции: сравнение, анализ, синтез, абстракция и обобщение. *Сравнение* вскрывает тождество и различие вещей. *Анализ* – это расчленение предмета, мысленное или практическое, на составляющие его элементы с последующим их сравнением. *Синтез* есть построение целого из аналитически заданных частей. Анализ и синтез обычно осуществляются вместе, способствуют более глубокому познанию действительности. *Абстракция* – это выделение какой-либо стороны или аспекта явления, которые в действительности как самостоятельные не существуют. *Обобщение* выступает как соединение существенного (абстрагирование) и связывание его с классом предметов и явлений. *Конкретизация* выступает как операция, обратная обобщению.

Кроме рассмотренных видов и операций, имеются еще и процессы мышления. К ним относятся суждение, умозаключение, определение понятий, индукция, дедукция. *Суждение* – это высказывание, содержащее определенную мысль. *Умозаключение* представляет собой серию логически связанных высказываний, из которых выводится новое знание. Определение *понятий* рассматривается как система суждений о некотором классе предметов (явлений), выделяющая наиболее общие их признаки.

Индукция и *дедукция* – это способы производства умозаключений, отражающие направленность мысли от частного к общему или наоборот. Индукция предполагает вывод частного суждения из общего, а дедукция – вывод общего суждения из частных.

Реалистическое мышление правильно отражает действительность, делает поведение человека разумным. Аутическое мышление представляет в основном то, что соответствует не объекту, а аффекту. Аутическое мышление тенденциозно.

Типы людей по характеру мышления.

1. Интуитивный тип. Характеризуется преобладанием эмоций над логикой и доминированием правого полушария головного мозга над левым.
2. Мыслительный тип. Ему свойственны рациональность и преобладание левого полушария мозга над правым, примат логики над интуицией и чувством.

Развитие мышления

В практическом аспекте развитие интеллекта традиционно рассматривается в трех направлениях: филогенетическом, онтогенетическом и экспериментальном. *Филогенетический* аспект предлагает изучение того, как мышление человека развивалось и совершенствовалось в истории человечества. *Онтогенетический* включает исследование процесса и выделение этапов развития мышления на протяжении жизни одного человека, с рождения до старости. *Экспериментальный* подход к решению этой же проблемы ориентирован на анализ процесса развития мышления в особых, искусственно созданных (экспериментальных) условиях, рассчитанных на его совершенствование.

Ж. Пиаже выделил следующие четыре стадии в развитии операционального интеллекта: 1. Стадия сенсомоторного интеллекта, охватывающая период жизни ребенка от рождения до примерно двух лет. Она характеризуется развитием способности воспринимать и познавать окружающие ребенка предметы в их достаточно устойчивых свойствах и признаках. 2. Стадия операционального мышления, включающая его развитие в возрасте от двух до семи лет. На этой стадии у ребенка складывается речь, начинается активный процесс интериоризации внешних действий с предметами, формируются наглядные представления. 3. Стадия конкретных операций с предметами. Она характерна для детей в возрасте от 7-8 до 11-12 лет. Здесь умственные операции становятся обратимыми. 4. Стадия формальных операций. Ее в своем развитии достигают дети в среднем возрасте: от 11-12 до 14-15 лет. Данная стадия характеризуется способностью ребенка выполнять операции в уме, пользуясь логическими рассуждениями и понятиями. Внутренние умственные операции превращаются на этой стадии в структурно организованное целое.

5.7. Психологическая характеристика речи

Речь является основным средством человеческого общения. Без нее человек не имел бы возможности получать и передавать большое количество информации. Без письменной речи человек был бы лишен возможности узнать, как жили, что думали и делали люди предыдущих поколений. У него не было бы возможности передать другим свои мысли и чувства.

По своему жизненному значению речь имеет полифункциональный характер. Соответственно множеству ее функций речь является полиморфной деятельностью, т.е. в своих различных функциональных назначениях представлена в разных формах: внешней, внутренней, монолога, диалога, письменной, устной и т.д. хотя все эти формы речи взаимосвязаны, их жизненное назначение неодинаково. Внешняя речь, например, играет в основном роль средства общения, внутренняя – средства мышления. Письменная речь чаще всего выступает как способ запоминания информации. Монолог обслуживает процесс одностороннего, а диалог – двустороннего обмена информацией.

Виды речи. *Внешняя*; делится на письменную, устную и аффективную; устная в свою очередь делится на монологическую и диалогическую. *Внутренняя*.

Важно отличать язык от речи. **Язык** – это система условных символов, с помощью которых передаются сочетания звуков, имеющие для людей определенные значение и смысл. **Речь** – это совокупность произносимых или воспринимаемых звуков, имеющих тот же смысл и то же значение, что и соответствующая им система письменных знаков. Связывающим звеном

между языком и речью выступает *значение слова*. Оно выражается как в единицах языка, так и в единицах речи. Со значением слов непосредственно связано представление о них как о *понятиях*. Слова-понятия позволяют нам обобщать и углублять наши знания об объектах, выходя в их познании за пределы непосредственного опыта, за рамки того, что нам дано через органы чувств. Понятие фиксирует существенное и игнорирует несущественное в предметах и явлениях, оно может развиваться за счет обогащения своего объема и содержания.

Свойства речи: содержательность, действенность; понятность; последовательность; выразительность; образность.

5.8. Интеллект. Структура интеллекта. Оценка интеллекта

В настоящее время существует, как минимум, три трактовки понятия интеллекта:

1. Биологическая трактовка: «способность сознательно приспосабливаться к новой ситуации».
2. Педагогическая трактовка: «способность к обучению, обучаемость».
3. Структурный подход: интеллект, как «способность адаптации средств к цели». С точки зрения структурного подхода, интеллект – это совокупность тех или иных способностей.

Совокупность познавательных процессов человека определяет его интеллект.

Какова структура интеллекта? Существуют различные концепции, пытавшиеся ответить на этот вопрос.

Интеллект не зависит от прочих личностных черт человека; интеллект не включает в свою структуру интеллектуальные качества (интересы, мотивация достижений, тревожность и т.п.). Интеллект выступает как общий фактор умственной энергии. Успех любой интеллектуальной деятельности зависит от некоего общего фактора, общей способности. Таким образом, он выделил *генеральный фактор интеллекта (фактор G) и фактор S, служащий показателем специфических способностей*. Каждый человек характеризуется определенным уровнем общего интеллекта, от которого зависит, как этот человек адаптируется к окружающей среде.

Для оценки и диагностики генерального фактора интеллекта применяют скоростные интеллектуальные тесты Айзенка, тест «Прогрессивные матрицы» Равена, тесты интеллекта Кеттела.

С помощью статистических факторных методов исследовались различные стороны общего интеллекта, которые обозначаются первичными умственными потенциями. Выделяют семь таких потенций:

1. *Счетную способность* (способность оперировать числами и выполнять арифметические действия).
2. *Вербальную (словесную) гибкость* (легкость, с которой человек может объясняться, используя наиболее подходящие слова).
3. *Вербальное восприятие* (способность понимать устную и письменную речь).
4. *Пространственную ориентацию* (способность представлять себе различные предметы и формы в пространстве).
5. *Память*.
6. *Способность к рассуждению*.
7. *Быстроту восприятия* сходств или различий между предметами и изображениями.

Выделяют 120 факторов интеллекта, исходя из того, для каких умственных операций они нужны, к каким результатам приводят эти операции и каково их содержание (содержание может быть образным, символическим, семантическим, поведенческим).

Существует точка зрения, согласно которой у человека уже с рождения имеется потенциальный интеллект, который лежит в основе нашей способности к мышлению, абстрагированию и рассуждению. Примерно, к двадцати годам этот интеллект достигает наибольшего

рассвета. С другой стороны формируется «кристаллический» интеллект, состоящий из различных навыков и знаний, которые мы приобретаем по мере накопления жизненного опыта.

Развитие интеллекта зависит от врожденных факторов: генетические факторы наследственности, хромосомные аномалии (болезнь Дауна, сопровождаемая нарушением умственного развития ребенка, вызывается: а) наличием лишней третьей хромосомы из 21-ой пары хромосом; б) пожилым возрастом родителей, неполноценным питанием и определенными заболеваниями матери во время беременности. Недостаток йода в рационе питания матери может обуславливать кретинизм ребенка, или, если мать в начале беременности заболевает краснухой, это приводит к необратимым дефектам зрения, слуха, интеллектуальных функций ребенка. Злоупотребление в первые месяцы беременности антибиотиками, транквилизаторами типа элениум или даже аспирином, употребление алкоголя и курения может привести к значительной задержке умственного развития ребенка). Но, с каким бы потенциалом ни родился ребенок, очевидно, что необходимые ему для выживания формы интеллектуального поведения смогут развиваться и совершенствоваться лишь при контакте с той средой, с которой он будет взаимодействовать всю жизнь.

Оценка интеллекта.

Наибольшей популярностью пользуется «коэффициент интеллектуальности» (IQ), который позволяет соотнести уровень интеллектуальных возможностей индивида со средними показателями его возрастной и профессиональной группы. Среднее значение соответствует 100 баллам, а самые низкие могут приближаться к 0, самые высокие – к 200.

Психологи и психиатры используют термин «олигофрения» («малоумие»), которым обозначают врожденную или приобретенную в раннем детстве до 3-х летнего возраста недоразвитость интеллекта. Врожденное слабоумие стоит отличать от приобретенного, которое называют деменцией. По международным стандартам при $IQ \leq 50-70$ имеет место легкая умственная отсталость, при $IQ \geq 50$ – средней тяжести; при $IQ \leq 35$ – резко выраженная. Самая тяжелая форма слабоумия – идиотия, характеризуется $IQ = 20$. средняя степень называется имбецильностью ($IQ = 20-50$). Дебильностью называют легкую степень слабоумия ($IQ \leq 75\%$), которую трудно отличить от психики на нижней границе нормы.

Темы рефератов:

1. Расстройства памяти.
2. Расстройства мышления.
3. Роль и виды чувствительности (ощущения) у человека.

Рекомендуемая литература:

1. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Высшее образование. – Ростов-на-Дону: «Феникс», 2005.
2. Смирнов А.Г. Практикум по общей психологии: Учебное пособие, 3-е изд. – М: Изд-во института психотерапии, 2005. - 224 с.
3. Еникеев М.И. Общая и социальная психология: Учебник для ВУЗов. - М: Издательство: НОРМА (Издательская группа НОРМА-ИНФРА-М), 2002. - 624 с.
4. Нуркова В.В., Березанская Н.Б. Психология. – М., 2004.
5. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – СПб: Питер, 2005. - 713 с.

ТЕМА 6. Эмоционально-чувственная сфера

6.1. Эмоциональные процессы и управление эмоциями

В психологии *эмоциями* называют процессы, отражающие личную значимость и оценку внешних и внутренних ситуаций для жизнедеятельности человека в форме переживаний. Эмоции, чувства служат для отражения субъективного отношения человека к самому себе и к окружающему миру. Эмоции – особый класс субъективных психологических состояний, отражающих в форме непосредственных переживаний приятного процесс и результаты практической деятельности, направленной на удовлетворение его актуальных потребностей.

Самая старая по происхождению, простейшая и наиболее распространенная у живых существ форма эмоциональных переживаний – это *удовольствие*, получаемое от удовлетворения органических потребностей, и *неудовольствие*, связанное с невозможностью это сделать при обострении соответствующей потребности.

Многообразные проявления эмоциональной жизни делятся на аффекты, собственно эмоции, чувства, настроения и стресс. Наиболее мощная эмоциональная реакция – *аффект* – сильное, бурное и относительно кратковременное эмоциональное переживание, полностью захватывающее психику человека и предопределяющее единую реакцию на ситуацию в целом. В отличие от эмоций и чувств аффекты протекают бурно, быстро, сопровождаются резко выраженными органическими изменениями и двигательными реакциями. Аффекты, как правило, препятствуют нормальной организации поведения, его разумности. Они способны оставлять сильные и устойчивые следы в долговременной памяти. В отличие от аффектов работа эмоций и чувств связана по преимуществу с кратковременной памятью. *Собственно эмоции*, в отличие от аффектов, – более длительные состояния. Они – реакция не только на события совершившиеся, но и на вероятные или вспоминаемые. Эмоции смещаются к началу действия и предвосхищают результат. Они носят опережающий характер. Связаны с удовлетворением потребностей человека. Эмоции могут вызываться как реальными, так и воображаемыми ситуациями. Они как и чувства, передаются другим людям, сопереживаются. *Чувства* – высший продукт культурно-эмоционального развития человека. Они связаны определенными, входящими в сферу культуры предметами, видами деятельности и людьми, окружающими человека. Чувства – еще более, чем эмоции, устойчивые психические состояния, имеющие четко выраженный предметный характер: они выражают устойчивое отношение к каким-либо объектам. В зависимости от направленности чувства делятся на моральные (переживание человеком его отношения к другим людям), интеллектуальные (чувства, связанные с познавательной деятельностью), эстетические (чувство красоты при восприятии искусства, явлений природы), практические (чувства, связанные с деятельностью человека). Чувства выполняют в жизни и деятельности человека, в его общении с окружающими людьми мотивирующую роль. *Настроение* – самое длительное эмоциональное состояние, окрашивающее все поведение человека. *Страсть* – еще один вид сложных, качественно своеобразных и встречающихся только у человека эмоциональных состояний. Страсть представляет собой сплав эмоций, мотивов и чувств, сконцентрированных вокруг определенного вида деятельности или предмета (человека). В эмоциональных проявлениях личности можно выделить три сферы: ее органическую жизнь, ее интересы материального порядка и ее духовные, нравственные потребности. Он обозначил их соответственно как органическую (аффективно-эмоциональную) чувствительность, предметные чувства и обобщенные мировоззренческие чувства. К *аффективно-эмоциональной чувствительности* относятся, по его мнению элементарные удовольствия и неудовольствия, преимущественно связанные с удовлетворением органических потребностей. *Предметные* чувства связаны с обладанием определенными предметами и занятиями отдельными видами деятельности. Эти чувства соответственно их предметам подразделяются на материальные, интеллектуальные и эстетические. *Мировоззренческие* чувства связаны с моралью

и отношениями человека к миру, социальным событиям, нравственным категориям и ценностям.

6.2. Классификации и виды эмоций

Издавна выделяли 4 вида эмоций: гнев, страх, радость, тоска. Одной из наиболее известных в настоящее время является классификация «фундаментальных эмоций»:

1. *Радость* – положительное эмоциональное состояние, связанное с информацией о возможности удовлетворения или удовлетворении актуальной потребности.

2. *Удивление* – не имеющая четко выраженного положительного или отрицательного знака эмоциональная реакция в ответ на рассогласование ожидаемого и реального. Удивление хорошо привлекает внимание и если собеседник (больной) начал отвлекаться, то сказав что-то необычное и удивив его, можно снова привлечь его внимание, по крайней мере, на некоторое время.

3. *Страх* – отрицательное эмоциональное состояние, появляющееся при получении информации о возможной угрозе (реальной или воображаемой).

4. *Тревога* – неопределенный страх, состояние ожидания неопределенной угрозы. Кроме этого, страх часто рассматривают как реакцию на угрозу физической целостности человека, когда опасности подвергается его жизнь и т.п., в то время как тревога – переживание возникающее при угрозе человеку как социальному субъекту, когда опасности подвергаются его ценности, представление о себе, положение в обществе. Именно повышение тревожности лежит в основе психосоматических расстройств; именно с повышения тревожности начинается развитие невротических и психосоматических заболеваний.

5. *Гнев* – отрицательное эмоциональное состояние в ответ на поступление информации о наличии препятствия на пути удовлетворения важной для субъекта потребности. В отличие от страха и тревоги, имеет выраженный стенический (мобилизующий) характер.

6. *Стыд* – отрицательное эмоциональное состояние как результат осознания несоответствия собственных помыслов, поступков, внешности ожиданиям окружающих или собственным представлениям.

7. *Интерес.*

8. *Вина.*

9. *Отвращение.*

10. *Презрение.*

11. *Печаль* (условно, в 40% случаев люди печалются о событиях, которые есть плод их воображения; в 35% – о том, что невозможно изменить – например, неумолимо наступающую старость; в 15% – о приходящих событиях, не требующих коррекции; в 10% – возникает тоска без определенных причин).

Для большей точности описания эмоциональных проявлений существует много понятий, например, для описания разной выраженности однотипных эмоций: испуг – страх – ужас; радость – восторг – экстаз.

Можно выделить 2 основные группы внешнего выражения эмоций:

1. Вегетативные проявления – покраснение, побледнение кожных покровов, потливость, похолодание кожи конечностей, расширение зрачков, изменения частоты сердечных сокращений и величины артериального давления и др.
2. Внешние поведенческие проявления – мимика, пантомимика, жесты, которые могут быть произвольными и произвольными (в последнем случае они не всегда соответствуют истинным эмоциональным переживаниям).

6.3. Теории эмоций

Теория Ч. Дарвина. Биологическая концепция эмоций, согласно которой выразительные эмоциональные движения рассматривались как рудимент целесообразных инстинктивных действий, сохраняющих в какой-то степени свой биологический смысл и вместе с тем выступающих в качестве биологических значимых сигналов для особей не только своего, но и других.

Биологическая теория эмоций П. К. Анохина. Эта теория рассматривает эмоции как продукт эволюции, как приспособительный фактор в жизни животного мира.

Теория П. В. Симонова. Информационная теория эмоций. П.В. Симоновым сформулировано правило, согласно которому отношение между эмоцией (Э), потребностью (П), информацией, прогностически необходимой для организации действий по удовлетворению данной потребности (Н), и наличной информацией, которая может быть использована для целенаправленного поведения (С), выражается формулой $Э=П (Н-С)$. из данной формулы следует, что: 1) эмоция не возникает, если потребность отсутствует или удовлетворена, а при наличии потребности – если система вполне информирована; 2) при дефиците наличной информации появляется отрицательная эмоция, достигающая максимума в случае полного отсутствия информации; 3) положительная эмоция возникает, когда наличная информация превышает информацию прогностически необходимую для удовлетворения данной потребности. П. В. Симонов показал, что эмоции возникают при рассогласовании между жизненной потребностью и возможностью ее удовлетворения.

Согласно *теории американского психолога Джеймса*, тот факт, что эмоции характеризуются ярко выраженными изменениями в деятельности внутренних органов, в состоянии мышц (мимика), позволяет предложить, что эмоции представляют собой сумму только органических ощущений, вызываемых этими изменениями. Согласно этой теории, человеку грустно, потому что он плачет, а не наоборот. Если человек примет зажатую скованную позу с опущенными плечами и головой, то вскоре у него появится чувство неуверенности, подавленности, грусти. И наоборот, поза с развернутыми плечами, поднятой головой, улыбкой на губах вскоре вызовет и чувство уверенности, бодрости, хорошее настроение.

Теория Джеймса-Ланге. Сыграла положительную роль, указав на связь трех событий: внешнего раздражителя, поведенческого акта и эмоционального переживания. Ее уязвимым местом остается сведение эмоций лишь к осознанию ощущений, возникающих в результате периферических реакций.

6.4. Основные характеристики и свойства эмоций

Основные характеристики эмоциональных процессов:

1. *Валентность* (знак эмоции) – положительная или отрицательная, однако возможны амбивалентные (одновременно существующие противоположные) эмоциональные состояния (любовь может сосуществовать с обидой).

2. *Сила* эмоций. Не всегда бурное внешнее выражение эмоции говорит о ее силе – человек может сознательно подавлять или усиливать эти проявления,

3. *Возбудимость* определяется минимальной интенсивностью стимулов, вызывающих эмоциональную реакцию. Низкая эмоциональная возбудимость есть эмоциональная устойчивость.

4. *Ригидность* – продолжение эмоционального ощущения после прекращения действия эмоциогенного стимула, его вызвавшего.

5. *Качество* (содержание) эмоций – сложная характеристика, включающая в себя описание эмоций:

- по модальности эмоций (удивление, радость, гнев и т.д.);
- по временному отношению к ситуации (констатирующие, предвосхищающие);
- по направленности (эгоцентрические, эксцентрические);
- по активации (стенические – стимулирующие, мобилизующие и астенические – тормозящие, дезорганизующие деятельность); и др.

Свойства эмоций:

1. *Кумуляция* (накопление) – эмоциональные раздражители как бы накапливаются и при достижении определенного уровня приводят к эмоциональным реакциям.

2. *Генерализация* – «перенос» эмоциональной значимости с эмоциогенного объекта (явления) на другие объекты (явления), связанные с ним по времени, сходству, пространственной близости и т.д., но сами не несущие этот эмоциональный смысл.

3. *Диссоциация* – формирование амбивалентного эмоционального отношения.

6.5. Стресс и фрустрация

Одним из наиболее распространенных в наши дни видов аффектов является *стресс*. Он представляет собой состояние чрезмерно сильного и длительного психологического напряжения, которое возникает у человека, когда его нервная система получает перегрузку. Стресс дезорганизует деятельность человека, нарушает нормальный ход его поведения. Стрессы, особенно если они часты и длительны, оказывают отрицательное влияние не только на психологическое состояние, но и на физическое здоровье человека.

В переводе с английского стресс – это давление, нажим, напряжение, а дистресс – горе, несчастье, недомогание, нужда. По словам Г. Селье, стресс есть неспецифический ответ организма на любое предъявленное ему требование, который помогает ему приспособиться к возникшей трудности, справиться с ней. Всякая неожиданность, которая нарушает привычное течение жизни, может быть причиной стресса. При этом не имеет значения, приятна или неприятна ситуация, с которой мы столкнулись (например: мать, которой сообщили о гибели в бою ее единственного сына, испытывает страшное душевное потрясение. Если много лет спустя окажется, что сообщение было ложным и сын неожиданно войдет в комнату целым и невредимым, она почувствует сильнейшую радость).

Любое событие, факт или сообщение может вызвать стресс, т.е. стать стрессором. Особенно большое значение имеет, конечно, оценка угрозы, ожидание опасных последствий, которую содержит в себе ситуация.

Само возникновение и переживание стресса зависит не только от объективных, сколько от субъективных факторов, от особенностей самого человека.

К понятию и состоянию стресса близко и понятие *фрустрации*. Сам термин в переводе с латинского означает обман, тщетное ожидание. Фрустрация переживается как напряжение, тревога, отчаяние, гнев, которые охватывают человека, когда на пути к достижению цели он встречается с неожиданными помехами, которые мешают удовлетворению потребности.

Самой распространенной реакцией на фрустрацию является возникновение генерализованной агрессивности, направленной чаще всего на препятствия.

Адекватная реакция на препятствие состоит в том, чтобы преодолеть или обойти его, если это возможно; агрессивность быстро переходящая в гнев, проявляется в бурных и неадекватных реакциях: оскорбление, физические нападки на человека (щипать, бить, толкать) или объект (сломать его).

Отступление в уход. В некоторых случаях субъект реагирует на фрустрацию уходом (например, выходит из комнаты), сопровождаемый агрессивностью, которая не проявляется открыто.

Фрустрация влечет за собой эмоциональные нарушения лишь тогда, когда возникает препятствие для сильной мотивации. Если у ребенка, начавшего пить, отнять соску, он реагирует гневом, однако в конце сосания – никаких эмоциональных проявлений.

6.6. Физиологические механизмы стресса

Допустим, произошла ссора, или какое-то неприятное событие: человек возбужден, не может найти себе места, его гложет несправедливая обида, досада из-за того, что не сумел себя правильно повести, не нашел слов. Он и рад бы отвлечься от этих мыслей, но снова и снова встают перед глазами сцены случившегося; и опять накатывает волна обиды, негодования. Можно выделить три физиологических механизма подобного стресса.

Во-первых, в коре головного мозга сформировался интенсивный стойкий очаг возбуждения, так называемая доминанта, которая подчиняет себе всю деятельность организма, все поступки и помыслы человека. Значит, для успокоения надо ликвидировать, разрядить эту доминанту или же создать новую, конкурирующую. Все отвлекающие приемы (чтение книги, просмотр кинофильма, занятие любимым делом) фактически направлены на формирование конкурирующей доминанты.

Во-вторых, вслед за появлением доминанты развивается особая цепная реакция – возбуждается одна из глубинных структур мозга – гипоталамус, который заставляет близлежащую особую железу – гипофиз – выделить в кровь большую порцию адренокортикотропного гормона (АКТГ) и т.д. в эту фазу подготавливаются условия для интенсивной мышечной нагрузки. Необходимо нейтрализовать гормоны стресса, и лучший помощник здесь – физкультура, интенсивная мышечная нагрузка.

В-третьих, из-за того, что стрессовая ситуация сохраняет свою актуальность (конфликт ведь не разрешился благополучно), в кору головного мозга вновь и вновь поступают импульсы, поддерживающие активность доминанты, а в кровь продолжают выделяться гормоны стресса. Оптимальный способ избавления от затянувшегося стресса – полностью разрешить конфликт, устранить разногласия, помириться. Если сделать этого невозможно, следует логически переоценивать значимость конфликта, например, поискать оправдание для своего обидчика.

Один из лучших способов успокоения – это общение с близким человеком, когда можно, во-первых, «излить душу», т.е. разрядить очаг возбуждения; во-вторых, переключиться на интересную тему; в-третьих, совместно отыскать путь к благополучному разрешению конфликта или хотя бы к снижению его значимости.

Важный способ снятия психического напряжения – это активизация чувства юмора. Суть чувства юмора не в том, чтобы видеть и чувствовать комическое там, где оно есть, а в том, чтобы воспринимать как комическое то, что претендует быть серьезным. Смех приводит к падению тревожности, по своей функциональной значимости смех так могуществен, что его называют даже «стационарным бегом трусцой».

Темы рефератов:

1. Управление эмоциями.
2. Аутогенная тренировка.
3. Методы саморегуляции.

Рекомендуемая литература:

1. Вилюнас В.К. Психология эмоций. – М., 2005.
2. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. – СПб.: Питер-М, 2005. – 720 с.

ТЕМА 7. Психология общения

7.1. Общая характеристика общения: понятие, функции, виды и структура

Общение понимается как деятельность – это сложный многоплановый процесс установления и развития контактов и связей между людьми, порождаемый потребностями совместной деятельности и включающий в себя обмен информацией, восприятие, понимание другого человека и выработку единой стратегии взаимодействия.

Общение обычно включено в практическое взаимодействие людей (совместный труд, учение, коллективная игра и т.п.) и обеспечивает планирование, осуществление и контролирование их деятельности.

Если отношения определяются через понятия «связи», то общение понимают как процесс взаимодействия человека с человеком, осуществляемый с помощью средств речевого и неречевого воздействия и преследующий цель достижения изменений в познавательной, мотивационной, эмоциональной и поведенческой сферах участвующих в общении лиц.

В ходе общения его участники обмениваются не только своими физическими действиями или продуктами, результатами труда, но и мыслями, намерениями, идеями, переживаниями и т.д.

В повседневной жизни человек учится общению с детства и овладевает разными его видами в зависимости от среды, в которой живет, от людей, с которыми взаимодействует, причем происходит это стихийно, в житейском опыте. В большинстве случаев этого опыта бывает недостаточно, например, для овладения особыми профессиями (педагога, актера, диктора, следователя), а иногда и просто для продуктивного и цивилизованного общения. По этой причине необходимо совершенствовать знание его закономерностей, накапливать навыки и умения их учета и использования.

Каждая общность людей располагает своими средствами воздействия, которые используются в разнообразных формах коллективной жизни. В них концентрируется социально-психологическое содержание образа жизни. Все это проявляется в обычаях, традициях, обрядах, ритуалах, праздниках, танцах, песнях, сказаниях, мифах, в изобразительном, театральном и музыкальном искусстве, в художественной литературе, кино, радио и телевидении. Эти своеобразные массовые формы общения обладают мощным потенциалом взаимовлияния людей. В истории человечества они всегда служили средствами воспитания, включения человека через общение в духовную атмосферу жизни.

Проблема человека находится в центре внимания всех аспектов общения. Увлечение лишь инструментальной стороной общения может нивелировать его духовную (человеческую) сущность и привести к упрощенной трактовке общения как информационно-коммуникативной деятельности. При неизбежном научно-аналитическом расчленении общения на составляющие элементы важно не терять в них человека как духовную и активную силу, преобразующую в этом процессе себя и других.

Общение по своему содержанию – сложнейшая психологическая деятельность партнеров и выполняет определенные **функции**:

1. *Прагматическая* функция общения отражает его потребностно-мотивационные причины и реализуется при взаимодействии людей в процессе совместной деятельности. При этом само общение очень часто выступает самой важной потребностью.

2. *Функция формирования и развития* отражает способность общения оказывать воздействие на партнеров, развивая и совершенствуя их во всех отношениях. Общаясь с другими людьми, человек усваивает общечеловеческий опыт, исторически сложившиеся социальные нормы, ценности, знания и способы деятельности, а также формируется как личность. В общем виде общение можно определить как универсальную реальность, в которой зарождается

ются, существуют и проявляются в течение всей жизни психические процессы, состояния и поведение человека.

3. Функция *подтверждения* обеспечивает людям возможность познать, утвердить и подтвердить себя.

4. Функция *объединения—разъединения* людей, с одной стороны, посредством установления между ними контактов способствует передаче друг другу необходимых сведений и настраивает их на реализацию общих целей, намерений, задач, соединяя их тем самым в единое целое, а с другой стороны, она может быть причиной дифференциации и изоляции личностей в результате общения.

5. Функция *организации и поддержания отношений* служит интересам налаживания и сохранения достаточно устойчивых и продуктивных связей, контактов и взаимоотношений между людьми в интересах их совместной деятельности.

6. *Внутриличностная* функция общения реализуется в общении человека с самим собой (через внутреннюю или внешнюю речь, построенную по типу диалога).

Выделяют следующие функции общения: 1) информационно-коммуникативную (передача, прием информации); 2) аффективно-коммуникативную (обмен эмоциями); 3) регуляционно-коммуникативную (влияние на поведение другого).

Общение чрезвычайно многогранно. Оно может быть представлено в своем разнообразии по **видам**.

1) Различают межличностное и массовое общение. *Межличностное* общение связано с непосредственными контактами людей в группах или парах, постоянных по составу участников.

Массовое общение – это множество непосредственных контактов незнакомых людей, а также коммуникация, опосредованная различными видами средств массовой информации.

2) Выделяют также *межперсональное* общение и ролевое. В первом случае участниками общения являются конкретные личности, обладающие специфическими индивидуальными качествами, которые раскрываются по ходу общения и организации совместных действий.

В случае *ролевой* коммуникации ее участники выступают как носители определенных ролей (покупатель — продавец, учитель — ученик, начальник — подчиненный).

В ролевом общении человек лишается определенной спонтанности своего поведения, так как те или иные его шаги, действия диктуются исполняемой ролью. В процессе такого общения человек проявляет себя уже не как индивидуальность, а как некоторая социальная единица, выполняющая определенные функции.

3) Общение может быть также *доверительным* и конфликтным. Первое отличается тем, что в его ходе передается особо значимая информация.

Доверительность – существенный признак всех видов общения, без него нельзя осуществлять переговоры, решать интимные вопросы. *Конфликтное* общение характеризуется взаимным противостоянием людей, выражениями недовольства и недоверия.

4) Общение может быть личным и деловым. *Личное* общение – это обмен неофициальной информацией.

Деловое общение – процесс взаимодействия людей, выполняющих совместные обязанности или включенных в одну и ту же деятельность.

5) Общение бывает прямое и опосредованное. *Прямое (непосредственное)* общение является исторически первой формой общения людей друг с другом. На его основе в более поздние периоды развития цивилизации возникают различные виды опосредованного общения.

Опосредованное общение – это взаимодействие при помощи дополнительных средств (письма, аудио- и видеотехники).

6) Также выделяют *законченное* и *незаконченное* общение; *кратковременное* и *долговременное*; *вербальное* и *невербальное* и др.

Структура общения. Учитывая сложность общения, необходимо обозначить его структуру, с тем, чтобы затем возможен был анализ каждого элемента.

Структуру общения можно характеризовать путем выделения в нем трех взаимосвязанных сторон: коммуникативной, интерактивной и перцептивной. Схематично структура общения может быть изображена следующим образом:

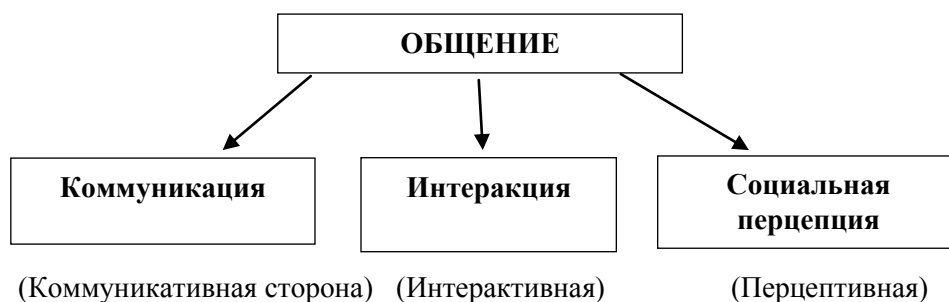


Рис. 7.1. Структура общения

Коммуникативная сторона общения, или коммуникация в узком смысле слова, состоит в обмене информацией между общающимися индивидами.

Интерактивная сторона заключается в организации взаимодействия между общающимися индивидами, т.е. в обмене не только знаниями, идеями, но и действиями.

Перцептивная сторона общения означает процесс восприятия и познания друг друга партнерами по общению и установления на этой основе взаимопонимания.

Естественно, что все эти термины весьма условны. В реальности мы имеем дело с процессом общения как единым целым.

7.2. Общение как процесс коммуникации: передача информации и средства общения

Понятие «коммуникация» является производным от латинского *communicatio*, что означает «сообщение; передача; общее, разделяемое со всеми; общение». Иначе говоря, **коммуникация** – это передача того или иного содержания от одного сознания (индивидуального или коллективного) к другому посредством знаков; это связь, в ходе которой осуществляется обмен информацией между системами как в живой, так и неживой природе.

Коммуникации между людьми имеют ряд специфических **особенностей**:

1. Наличные отношения двух индивидов, каждый из которых является активным субъектом. При этом взаимное их информирование предполагает налаживание совместной деятельности.

Специфика человеческого обмена информацией заключается в особой роли для каждого участника общения той или иной информации, ее значимости.

2. Возможность взаимного влияния партнеров друг на друга посредством системы знаков.

3. Коммуникативное влияние лишь при наличии единой или схожей системы кодификации и декодификации у коммуникатора (человека, направляющего информацию) и реципиента (человека, принимающего ее).

4. Возможность возникновения коммуникативных барьеров (социальных или психологических). В этом случае четко выступает связь, существующая между общением и отношением.

Средства распространения. Распространение информации в обществе проходит через своеобразный «фильтр доверия—недоверия». Подобный фильтр действует так, что истинная информация может оказаться не принятой, а ложная – принятой.

Содержание и тип информации. В процессе коммуникации перед участниками общения стоит задача не только обменяться информацией, но и добиться ее адекватного понимания

партнерами. То есть в межличностной коммуникации как особая проблема выделяется интерпретация сообщения, поступающего от коммуникатора к реципиенту. В ходе коммуникации могут возникать барьеры. *Коммуникативный барьер* – это социальное или психологическое препятствие на пути адекватной передачи информации между партнерами по общению.

Модель коммуникативного процесса обычно включает пять элементов: коммуникатор — сообщение (текст) — канал — аудитория (реципиент) — обратная связь. Основная цель информационного обмена в общении – выработка общего смысла, единой точки зрения и согласия по поводу различных ситуаций или проблем. Для него характерен механизм *обратной связи*. Содержание данного механизма состоит в том, что в межличностной коммуникации процесс обмена информацией как бы удваивается и помимо содержательных аспектов информация, поступающая от реципиента к коммуникатору, содержит сведения о том, как реципиент воспринимает и оценивает поведение коммуникатора.

Сама по себе информация, исходящая от коммуникатора, может быть двух типов: побудительная и констатирующая. *Побудительная информация* выражается в приказе, совете, просьбе. Она рассчитана на то, чтобы стимулировать какое-то действие. *Констатирующая информация* выступает в форме сообщения, она имеет место в различных образовательных системах и не предполагает непосредственного изменения поведения, хотя косвенно способствует этому. Вариант сообщения задается коммуникатором, т.е. тем лицом, от которого исходит информация.

Передача любой информации возможна лишь посредством знаков, точнее знаковых систем. Существует несколько знаковых систем, которые используются в коммуникативном процессе. При грубом делении различают вербальную и невербальную коммуникации, использующие различные знаковые системы. Соответственно, выделяют вербальные и невербальные средства общения.

Вербальная коммуникация использует в качестве знаковой системы человеческую *речь*, естественный звуковой язык, т.е. систему фонетических знаков, включающую два принципа: лексический и синтаксический.

Речь является самым универсальным средством коммуникации, поскольку при передаче информации при помощи речи менее всего теряется смысл сообщения. При помощи речи осуществляются кодирование и декодирование информации: коммуникатор в процессе говорения кодирует, а реципиент в процессе слушания декодирует эту информацию.

Главное назначение вербальной коммуникации – установление, поддержание, развитие осмысленного информационного контакта.

Виды вербальной коммуникации:

- ◆ Письменная: определенность источника; постоянство информации; возможность адекватного донесения.
- ◆ Устная: возможно невербальное подкрепление; можно отредактировать и уточнить. Информация может быть предметной (в зависимости от предмета) и модальной (показывает является ли то, о чем говорится существенным, желательным, необходимым, возможным).

Невербальная коммуникация. Невербальные средства общения нужны для того, чтобы: регулировать течение процесса общения, создавать психологический контакт между партнерами; обогащать значения, передаваемые словами, направлять истолкование словесного текста; выражать эмоции и отражать истолкование ситуации, т.е. их функции: дополнение речи, замещение речи, репрезентация эмоциональных состояний партнеров по коммуникативному процессу.

Виды невербальных средств общения:

1. Визуальные средства общения – это:

- ◆ кинесика (жестикауляция) – движения рук, ног, головы, туловища;
- ◆ направление взгляда и визуальный контакт;
- ◆ выражение глаз;
- ◆ выражение лица (мимика);

- ◆ поза (пантомимика), в частности, локализация, смены поз относительно словесного текста;
- ◆ кожные реакции (покраснение, появление пота);
- ◆ дистанция (расстояние до собеседника, угол поворота к нему, персональное пространство);
- ◆ вспомогательные средства общения, в том числе особенности телосложения (половые, возрастные) и средства их преобразования (одежда, косметика, очки, украшения, татуировка, усы, борода, сигарета и т.п.).

2. Акустические (звуковые) средства общения – это:

- ◆ паралингвистические, т.е. связанные с речью (интонация, громкость, тембр, тон, ритм, высота звука, речевые паузы и их локализация в тексте);
- ◆ экстралингвистические, т.е. не связанные с речью (смех, плач, кашель, вздохи, скрежет зубов, шмыганье носом и т.п.).

3. Тактильно-кинестезические (связанные с прикосновением) средства общения – это:

- ◆ физическое воздействие (ведение слепого за руку и др.);
- ◆ такесика (пожатие руки, хлопанье по плечу).

4. Ольфакторные средства общения – это:

- ◆ приятные и неприятные запахи окружающей среды;
- ◆ естественный и искусственный запахи человека и др.

Все невербальные средства имеют значение дополнения к вербальной коммуникации, т.е. сообщают о готовности поддержать коммуникацию или прекратить ее, поощряют партнера к продолжению диалога, наконец, способствуют тому, чтобы обнаружить полное свое «Я», или, напротив, скрыть его.

7.3. Общение как процесс взаимодействия и взаимовлияния людей

Интерактивная сторона общения – это условный термин, обозначающий характеристику тех компонентов общения, которые связаны с взаимодействием людей, с непосредственной организацией их совместной деятельности.

Взаимодействие – это процесс непосредственного или опосредованного воздействия социальных объектов (субъектов) друг на друга, порождающий их взаимную обусловленность и связь.

Социальное взаимодействие представляет собой процесс, в котором люди действуют и реагируют на действие других. Социальное взаимодействие изучается на двух **уровнях**: *макроуровень* включает такие крупные структуры, как правительство и торговля; такие институты, как религия и семья. *Микроуровень* состоит из самых мелких элементов межличностного общения. Хотя при любых социальных условиях люди взаимодействуют на обоих уровнях.

Теория взаимодействия:

1) *Психоаналитическая*. Индивиды образуют социальные группы и остаются в них отчасти потому, что у них формируются чувства преданности и покорности лидерам группы. Это происходит не потому, что лидеры обладают какими-то особыми чертами, а обусловлено тем, что мы отождествляем лидеров с богоподобными личностями, какими в детстве казались наши отцы. Межличностное взаимодействие в основном определяется представлениями, усвоенными в раннем детстве, и конфликтами, пережитыми в том периоде.

2) *Основной теории обмена* стало представление о социальном взаимодействии; он уделит главное внимание воздействию вознаграждений и затрат на поведение людей. Согласно этой теории, поведение человека обусловлено 4 принципами:

- a) Чем чаще поступок вознаграждается, тем чаще он повторяется;
- b) Если в прошлом в определенной ситуации имело место вознаграждение, люди стремятся снова создать такую ситуацию;
- c) Если вознаграждение велико, люди готовы затрачивать для его получения больше усилий;

d) Когда потребности человека почти полностью удовлетворяются, он в меньшей степени стремится прилагать усилия ради их удовлетворения (ученые, удостоенные Нобелевской премии, в дальнейшем работают менее продуктивно).

3) Концепция *социальной драматургии* (теория управления впечатлениями) трактует социальные ситуации как драмы в миниатюре, по ходу действия которых люди стремятся создать и поддержать о себе определенные впечатления, как правило, хорошие. Люди с плохой репутацией могут испытывать трудности в процессе управления впечатлениями.

4) *Символический интеракционизм*. Сущность теории: взаимодействие людей – это непрерывный диалог, в процессе которого они наблюдают друг друга, намерения друг друга, осмысливают эти намерения, проводят их, на них реагируют. Взаимодействие на уровне символов и значений этих символов. Люди учатся одинаково интерпретировать значение определенных символов. Часто интерпретативный аспект общения отрывается от содержания предмета.

а) Поведение людей по отношению друг к другу и к предметам внешнего мира определяется тем значением, которое они им придают.

б) Люди реагируют не только на поступки других людей, но и на предшествующие им намерения.

5) *Теория этнометодологии* рассматриваются принимаемые на веру правила, регулирующие взаимодействия людей (эти правила могут определять, когда уместно что-то сказать или промолчать, или пошутить и т.д.).

б) *Транзактный анализ* – направление, предлагающее регулирование действий участников взаимодействия через регулирование их позиций, а также учет характера ситуаций и стиля взаимодействия.

С точки зрения транзактного анализа, каждый участник взаимодействия в принципе может занимать одну из трех позиций, которые условно можно обозначить как Родитель, Взрослый, Ребенок. Они условно обозначены «*Эго-состояниями*» («состояниями Я»). Эти позиции ни в коей мере не связаны обязательно с соответствующей социальной ролью: это лишь чисто психологическое описание определенной стратегии во взаимодействии (позиция Ребенка может быть определена как позиция «Хочу!», позиция Родителя как «Надо!», позиция Взрослого – объединение «Хочу» и «Надо»).

Транзакция – единица общения, в которой инициатор общения выступает транзакционным стимулом, а собеседник проявляет транзактную реакцию.

Взаимодействие эффективно тогда, когда транзакции носят «*дополнительный*» характер, т.е. совпадают: если партнер обращается к другому как Взрослый, то и тот отвечает с такой же позиции.

Если же один из участников взаимодействия адресует к другому с позиции Взрослого, а тот отвечает ему с позиции Родителя, то взаимодействие нарушается и может вообще прекратиться. В данном случае транзакции являются «*пересекающимися*». Житейский пример приводится в следующей схеме (рис. 7.2.).

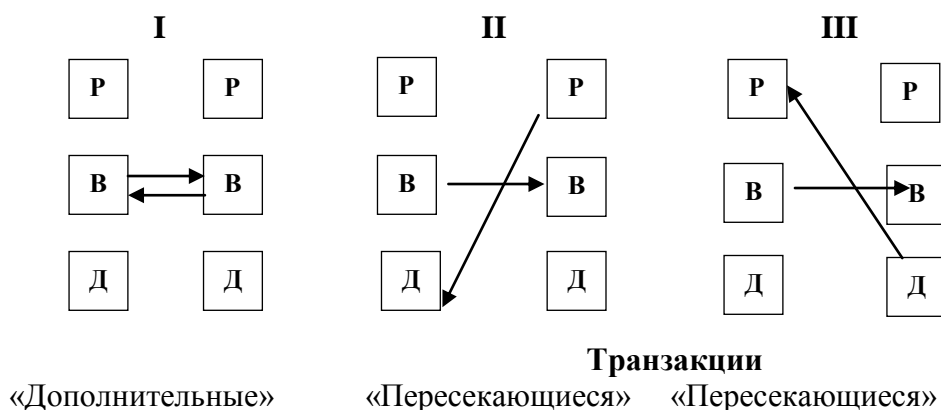


Рис. 7.2. Распределение позиций во взаимодействии (транзактный анализ)

Жена обращается к мужу с информацией: «Я порезала палец» (апелляция к Взрослому с позиции Взрослого). Если он отвечает: «Сейчас перевяжем», то это ответ также с позиции Взрослого (I). Если же следует сентенция: «Вечно у тебя что-то случается», то это ответ с позиции Родителя (II), а в случае: «Что же я теперь должен делать?», демонстрируется позиция Ребенка (III). В двух последних случаях эффективность взаимодействия невелика.

Второй показатель эффективности – адекватное понимание ситуации (как и в случае обмена информацией) и адекватный стиль действия в ней. Э. Берн уделяет особое внимание различным *ритуалам*, *полуритуалам* (имеющим место в развлечениях) и *играм* (понимаемым весьма широко, включая интимные, политические игры и т.п.). Каждая ситуация диктует свой стиль поведения и действий: в каждой из них человек по-разному «подает» себя, а если эта самоподача не адекватна, взаимодействие затруднено.

Различают три основных стиля действий: *ритуальный*, *манипулятивный* и *гуманистический*. На примере использования ритуального стиля особенно легко показать необходимость соотнесения стиля с ситуацией. Ритуальный стиль обычно задан некоторой культурой. Например, стиль приветствий, вопросов, задаваемых при встрече, характера ожидаемых ответов. Так, в американской культуре принято на вопрос: «Как дела?» отвечать «Прекрасно!», как бы дела ни обстояли на самом деле. Для нашей культуры свойственно отвечать «по существу», притом не стесняться негативных характеристик собственного бытия («Ой, жизни нет, цены растут, транспорт не работает» и т.д.). Человек, привыкший к другому ритуалу, получив такой ответ, будет озадачен, как взаимодействовать дальше.

Типы взаимодействия. Наиболее распространенным является дихотомическое деление: кооперация и конкуренция (согласие и конфликт, приспособление и оппозиция).

Кооперация – это такое взаимодействие, при котором его субъекты достигают взаимного соглашения о преследуемых целях и стремятся не нарушать его, пока совпадают их интересы. *Конкуренция* – это взаимодействие, характеризующееся достижением индивидуальных или групповых целей и интересов в условиях противоборства между людьми.

В обоих случаях как тип взаимодействия (сотрудничество или соперничество), так и степень выраженности этого взаимодействия (успешное или менее успешное сотрудничество) определяет характер межличностных отношений между людьми.

В процессе осуществления этих типов взаимодействия, как правило, проявляются следующие ведущие стратегии поведения:

1. *Сотрудничество*, направленное на полное удовлетворение участниками взаимодействия своих потребностей (реализуется либо мотив кооперации, либо мотив конкуренции).

2. *Противодействие*, предполагающее ориентацию на свои цели без учета целей партнеров по общению (индивидуализм).

3. *Компромисс*, реализующийся в частном достижении целей партнеров ради условного равенства.

4. *Уступчивость*, предполагающая жертву собственных интересов для достижения целей партнера (альтруизм).

5. *Избегание*, которое представляет собой уход от контакта, потерю собственных целей для исключения выигрыша другого.

7.4. Общение как восприятие людьми друг друга

Как уже было установлено, в процессе общения должно присутствовать взаимопонимание между участниками этого процесса. Само взаимопонимание может быть здесь истолковано по-разному: или как понимание целей, мотивов, установок партнера по взаимодействию, или как не только понимание, но и принятие, разделение этих целей, мотивов, установок. Однако и в том, и в другом случаях большое значение имеет тот факт, как воспринимается партнер по общению, иными словами, процесс восприятия одним человеком другого выступает как обязательная составная часть общения и условно может быть назван *перцептивной* стороной общения.

Взаимопонимание – *социально-психологический феномен, сущность которого проявляется в: 1) согласовании индивидуального осмысления предмета общения и 2) взаимоприемлемой двусторонней оценке и принятии целей, мотивов и установок партнеров по взаимодействию, в ходе которых наблюдается близость или схожесть (полная или частичная) когнитивного, эмоционального и поведенческого реагирования на приемлемые для них способы достижения результатов совместной деятельности.*

Причинами недопонимания могут быть:

- отсутствие или искажение восприятия людьми друг друга;
- различия в структуре подачи и восприятия речевых и иных сигналов;
- дефицит времени для умственной переработки получаемых и выдаваемых сведений;
- умышленное или случайное искажение передаваемой информации;
- отсутствие возможности исправить ошибку или уточнить данные;
- отсутствие единого понятийного аппарата для оценки личностных качеств партнера, контекста его речи и поведения;
- нарушение правил взаимодействия в процессе выполнения конкретной задачи;
- потеря или перенос на другую цель совместных действий и др.

Для достижения взаимопонимания между людьми необходимо создавать специальные условия. Важнейшими условиями взаимопонимания являются:

- ◆ понимание речи взаимодействующей личности;
- ◆ осознание проявляющихся качеств взаимодействующей личности;
- ◆ выявление влияния на личность ситуации взаимодействия с партнером;
- ◆ выработка соглашения и практическое его выполнение по установленным правилам.

Соблюдение условий взаимопонимания на практике, в жизни является критерием достигнутого взаимопонимания. Оно будет тем выше, чем более приемлемы для совместной деятельности разработанные правила взаимодействия. Они не должны сковывать партнеров. Для этого их необходимо периодически исправлять, т.е. согласовывать совместные усилия людей и обстоятельства их реализации. Лучше всего это делать в ситуации равноправного положения индивидов.

Социальная перцепция – *это процесс восприятия социальных объектов, под которыми обычно подразумеваются люди и социальные группы.*

Особенностями социальной перцепции являются:

1. *Активность* субъекта социальной перцепции, означающая, что он (индивид, группа и т.д.) не пассивен и не безразличен по отношению к воспринимаемому, как это имеет место при восприятии неодушевленных предметов. И объект и субъект социального восприятия воздействуют друг на друга, стремятся трансформировать представления о себе в благоприятную сторону.

2. *Целостность* воспринимаемого, показывающая, что внимание субъекта социальной перцепции сосредоточено прежде всего не на моментах порождения образа как результата отражения воспринимаемой реальности, а на смысловых и оценочных интерпретациях объекта восприятия.

3. *Мотивированность* субъекта социальной перцепции, которая свидетельствует, что восприятие социальных объектов характеризуется большой слитностью его познавательных

интересов с эмоциональными отношениями к воспринимаемому, явной зависимостью социальной перцепции от мотивационно-смысловой ориентированности воспринимающего.

Функции социальной перцепции: а) познание себя; б) познание партнеров по взаимодействию; в) установление эмоциональных отношений; г) организация совместной деятельности.

Виды социальной перцепции. Она обычно проявляется как:

1. Восприятие членами группы: а) друг друга; б) членов другой группы.
2. Восприятие человеком: а) самого себя; б) своей группы; в) «чужой группы».
3. Восприятие группой: а) своего человека; б) членов другой группы.
4. Восприятие группой другой группы (или групп).

Процесс социальной перцепции представляет собой деятельность его субъекта (наблюдателя) по оценке внешнего облика, психологических особенностей, действий и поступков наблюдаемого лица или объекта, в результате которой у субъекта социальной перцепции складывается конкретное отношение к наблюдаемому и формируются определенные представления о возможном поведении конкретных людей и групп.

В зависимости от этих представлений субъект социальной перцепции прогнозирует и свои отношения, и поведение в различных ситуациях взаимодействия и общения с другими людьми.

Эффекты социальной перцепции. Более всего исследованы три таких «эффекта»: эффект ореола («галлоэффект»), эффект новизны и первичности, а также эффект, или явление, стереотипизации.

1) *Эффект установки* играет значительную роль при формировании первого впечатления о незнакомом человеке, что было выявлено в экспериментах.

Двум группам студентов была показана фотография одного и того же человека. Но предварительно первой группе было сообщено, что человек на предъявляемой фотографии является закоренелым преступником, а второй группе о том же человеке было сказано, что он очень крупный ученый. После этого каждой из групп было предложено составить словесный портрет сфотографированного человека. В первом случае были получены соответствующие характеристики: глубоко посаженные глаза свидетельствовали о затаенной злобе, выдающийся подбородок – решимости «идти до конца» в преступлении и т.д. Соответственно во второй группе те же глубоко посаженные глаза «говорили» о глубине мысли, а выдающийся подбородок – о силе воли в преодолении трудностей на пути познания и т.д.

Аналогичные эксперименты были осуществлены с формированием установки «учительница» и «актриса» при предъявлении женских фотографий.

2) Сущность *эффекта ореола* заключается в тенденции переносить предварительно полученную благоприятную или неблагоприятную информацию о каком-либо человеке на реальное его восприятие. Воспринимаемые черты как бы накладываются на тот образ, который уже был создан заранее. Этот образ, ранее существовавший, выполняет роль «ореола», мешающего видеть действительные черты и проявления объекта восприятия. Эффект ореола проявляется при формировании первого впечатления о человеке в том, что общее благоприятное впечатление приводит к позитивным оценкам и неизвестных качеств воспринимаемого и, наоборот, общее неблагоприятное впечатление способствует преобладанию негативных оценок. В экспериментальных исследованиях установлено, что эффект ореола наиболее явно проявляется тогда, когда воспринимающий имеет минимальную информацию об объекте восприятия, а также когда суждения касаются моральных качеств. Эта тенденция затемнить определенные характеристики и высветить другие и играет роль своеобразного ореола в восприятии человека человеком.

3) Тесно связаны с этим эффектом и *эффект «первичности и новизны»*. Он касается значимости определенного порядка предъявления информации о человеке для составления представления о нем: ранее предъявленная информация рассматривается как «первичная», а поздно предъявленная как «новая».

4) На восприятие других людей большое влияние оказывает процесс *стереотипизации*. Под социальным стереотипом понимается устойчивый образ или представление о каких-либо явлениях или людях, свойственное представителям той или иной социальной группы.

Для человека, усвоившего стереотипы своей группы, они выполняют функцию упрощения и сокращения процесса восприятия другого человека. Стереотипы представляют собой инструмент «грубой настройки», позволяющий человеку «экономить» психологические ресурсы. Они имеют свою «разрешенную» сферу социального применения. Например, стереотипы активно используются при оценке групповой национальной или профессиональной принадлежности человека.

Механизмы восприятия и понимания людьми друг друга.

1) *Идентификация* – это социально-психологический процесс познания личностью или группой других людей в ходе непосредственных или опосредованных контактов с ними, при котором осуществляется сравнение или сопоставление внутренних состояний или положения партнеров, а также образцов для подражания со своими психологическими и другими характеристиками.

Идентификация в противоположность нарциссизму играет огромную роль в поведении и духовной жизни человека. Ее психологический смысл заключается в расширении круга переживаний, в обогащении внутреннего опыта. Она известна как самое раннее появление эмоциональной привязанности к другому человеку. С другой стороны, идентификация часто выступает элементом психологической защиты людей от объектов и ситуаций, вызывающих страх, порождающих тревожные и напряженные состояния.

2) *Эмпатия* – это эмоциональное сопереживание другому человеку. Через эмоциональный отклик люди познают внутреннее состояние других. Эмпатия основана на умении правильно представлять себе, что происходит внутри другого человека, что он переживает, как оценивает окружающий мир. Ее почти всегда интерпретируют не только как активное оценивание субъектом переживаний и чувств познающего человека, но и безусловно как положительное отношение к партнеру.

3) *Аттракция* представляет собой форму познания другого человека, основанную на формировании устойчивого позитивного чувства к нему. В этом случае понимание партнера по взаимодействию возникает благодаря появлению привязанности к нему, дружеского или более глубокого интимно-личностного отношения. При прочих равных условиях люди легче принимают позицию того человека, к которому испытывают эмоционально положительное отношение.

4) *Рефлексия* – это механизм самопознания в процессе взаимодействия, в основе которого лежит способность человека представлять себе то, как он воспринимается партнером по общению. Это не просто знание или понимание партнера, а знание того, как партнер понимает меня, своеобразный удвоенный процесс зеркальных отношений друг с другом.

5) *Каузальная атрибуция* – механизм интерпретации поступков и чувств другого человека (каузальная атрибуция – стремление к выяснению причин поведения субъекта).

Исследования показывают, что у каждого человека есть свои «излюбленные» схемы причинности, т.е. привычные объяснения чужого поведения: а) люди с личностной атрибуцией в любой ситуации склонны находить виновника случившегося, приписывать причину произошедшего конкретному человеку; б) в случае пристрастия к обстоятельственной атрибуции люди склонны прежде всего винить обстоятельства, не утруждая себя поисками конкретного виновника; в) при стимульной атрибуции человек видит причину случившегося в предмете, на который было направлено действие (ваза упала потому, что плохо стояла) или в самом пострадавшем (сам виноват, что попал под машину).

При изучении процесса каузальной атрибуции выявлены различные закономерности. Например, причину успеха люди чаще всего приписывают себе, а неудачу – обстоятельствам. Характер приписывания зависит также и от меры участия человека в обсуждаемом событии. Оценка будет различна в случаях, если он был участником (соучастником) или наблюдателем. Общая закономерность состоит в том, что по мере роста значимости случившегося испытуемые склонны переходить от обстоятельственной и стимульной атрибуции к личностной (т.е. искать причину случившегося в осознанных действиях личности).

б) *Децентрация* – это противоположность эгоцентризму; возможная смена позиции и координация своей точки зрения с другими возможными точками зрения; это способность отказаться от того, чтобы принимать свое Я за точку отчета и умение переключаться на другую точку зрения. Неадекватная децентрация – когда она используется для манипуляции. Уровни децентрации: а) смена перцептивной позиции и координация своей точки зрения с точкой зрения другого. б) принятие точки зрения другого.

Темы рефератов:

1. Сравнительный анализ социально-психологических теорий и концепций общения людей.
2. Коммуникативные барьеры и способы их преодоления.
3. Коммуникативная компетентность и возможности ее развития.
4. Эмоциональная сторона межличностного восприятия – феномен аттракции.
5. Деловое общение.

Рекомендуемая литература:

1. Андреева Г.М. Социальная психология. – М.: Аспект Пресс, 2004. – 365 с.
2. Аронсон Э., Уилсон Т., Эйкерт Р. Социальная психология. Психологические законы поведения человека в социуме. – СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2004. – 560 с.
3. Психология общения / Е.И. Рогов. – М.: Гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС, 2005. – 335 с.
4. Сущенко С.А. Социальная психология. – Ростов-на-Дону: «Феникс», 2005.
5. Тейлор Ш., Пипло Л., Сирс Д. Социальная психология. – СПб.: Питер, 2004. – 767 с.

ТЕМА 8. Психология групп

8.1. Понятие и разновидности групп

Психология групп является разделом социальной психологии. Проблема групп, в которые объединяются люди в процессе своей жизнедеятельности, – важнейший вопрос не только социальной психологии, но и социологии. Реальность общественных отношений всегда дана как реальность отношений между социальными группами, поэтому для социологического анализа крайне важным и принципиальным вопросом является вопрос о том, по какому критерию следует вычленять группы из того многообразия различного рода объединений, которые возникают в человеческом обществе. Сразу же следует оговориться, что в общественных науках в принципе может иметь место двойное употребление понятия «группа».

С одной стороны, в практике, например, демографического анализа, в различных ветвях статистики имеются в виду условные группы: произвольные объединения (группировка) людей по какому-либо общему признаку, необходимому в данной системе анализа. Такое понимание широко представлено, прежде всего, в статистике, где часто необходимо выделить группу людей, имеющих какой-то определенный уровень образования, болевших сердечно-сосудистыми заболеваниями, нуждающихся в жилье и т.д. Иногда в таком понимании термин «группа» употребляется и в психологии, когда, например, в результате тестовых испытаний «конструируется» группа людей, давших показатели в каких-то одних пределах, другая группа – с другими показателями и т.п.

С другой стороны, в целом цикле общественных наук под *группой* понимается реально существующее образование, в котором люди собраны вместе, объединены каким-то общим признаком, разновидностью совместной деятельности или помещены в какие-то идентичные условия, обстоятельства (также в реальном процессе их жизнедеятельности), определенным образом осознают свою принадлежность к этому образованию (хотя мера и степень осознания могут быть весьма различными). Именно в рамках этого второго толкования имеет по преимуществу дело с группами социальная психология.

Социальная группа – это относительно устойчивая, складывающаяся в рамках исторически определенного общества совокупность людей, объединенных единством интересов (а также культурных, национальных ценностей и норм поведения), находящихся в более или менее систематическом взаимодействии.

Классификация групп. В истории психологии предпринимались многократные попытки построить классификацию групп. Американский исследователь Юбенк вычленил семь различных принципов, на основании которых строились такие классификации. Эти принципы были самыми разнообразными: уровень культурного развития, тип структуры, задачи и функции, преобладающий тип контактов в группе и др. К этому часто добавлялись и такие основания, как время существования группы, принципы ее формирования, принципы доступности членства в ней и многие другие. Однако общая черта всех предложенных классификаций – формы жизнедеятельности группы. Если же принять принцип рассмотрения реальных социальных групп в качестве субъектов социальной деятельности, то здесь требуется, очевидно, и иной принцип классификации. Основанием ее должна служить социологическая классификация групп соответственно их месту в системе общественных отношений. Но прежде чем дать такую классификацию, надо привести в систему те употребления понятия группы, о которых речь шла выше.

Для социальной психологии, прежде всего, значимо разделение групп на условные и реальные. Она сосредоточивает свое исследование на реальных группах. Но среди этих реальных существуют и такие, которые преимущественно фигурируют в общепсихологических исследованиях – реальные лабораторные группы. В отличие от них существуют реальные естественные группы. Социально-психологический анализ возможен относительно и той, и

другой разновидностей реальных групп, однако наибольшее значение имеют реальные естественные группы, выделенные в социологическом анализе. В свою очередь эти естественные группы подразделяются на так называемые «большие» и «малые» группы. Малые группы – обжитое поле социальной психологии.

Большие социальные группы – это общности людей, отличающиеся от малых групп наличием слабых постоянных контактов между всеми их представителями, но объединенные и сплоченные зачастую не меньше, а иногда даже сильнее и потому оказывающие существенное влияние на общественную жизнь.

Большие социальные группы обычно всегда имеют ярко выраженные особенности:

- ◆ они постоянно развиваются и совершенствуются;
- ◆ они имеют свои сугубо специфические интересы;
- ◆ они вырабатывают набор социальных норм для себя и для всех своих членов и требований к их представителям, регулирующих внутреннее и внешнее взаимодействие;
- ◆ они имеют свою сложившуюся и всеми средствами поддерживаемую в эффективном состоянии ролевую структуру.

Большие социальные группы многочисленны и разнообразны по своему происхождению и формам активности. Группы, выделяемые по демографическим показателям: *гендерные* группы – по принципу пола (мужчины и женщины); *возрастные* – по принципу возраста (молодежь, пожилые и т.д.).

Организованные большие группы: классы, этносы (нации), политические и общественные организации, религиозные конфессии.

К неорганизованным, *стихийным* группам относятся:

- толпа – это человеческая совокупность, обладающая психической общностью, образуется на улице по поводу самых различных событий;
- масса, массовые движения – стабильное образование с довольно нечеткими границами, может выступать не обязательно как сиюминутное образование, она объединяет людей, не обязательно находящихся в физической близости, и вместе с тем может оказаться достаточно организованной; признак массы – объединение людей, которых волнует одна и та же тема и которые достаточно сознательно собираются ради какой-либо акции: манифестации, демонстрации, митинга;
- публика – наличие психической связи, не обязательная пространственная близость; разобщена, медленнее включается в любое действие («читающая публика», «театральная публика»).

Малые группы – это небольшие по составу общности, члены которых объединены единой целью своей деятельности и находятся в непосредственном личном контакте (общении), что является основой для возникновения группы как целого.

В литературе довольно давно идет дискуссия о нижнем и верхнем пределах малой группы. Наименьшей малой группой является группа из двух человек – так называемая *диада*. Хотя на уровне здравого смысла представляется резонной мысль о том, что малая группа начинается с диады, с ней соперничает другая точка зрения относительно нижнего предела малой группы, полагающая, что наименьшее число членов малой группы не два, а три человека. И тогда, следовательно, в основе всех разновидностей малых групп лежат так называемые *триады*.

Не менее остро стоит вопрос и о «верхнем» пределе малой группы. Были предложены различные решения этого вопроса. В социальной психологии долгое время исследователи принимали число 7 ± 2 за верхний предел малой группы.

Если обратиться к практике исследований, то там находятся самые произвольные числа, определяющие этот верхний предел: 10, 15, 20 человек. В некоторых исследованиях Дж. Морено, автора социометрической методики, рассчитанной именно на применение в малых группах, упоминаются группы и по 30–40 человек, когда речь идет о школьных классах.

Виды реальных малых групп.

Реальные группы – это группы, в которых люди постоянно находятся в повседневной жизни и деятельности. Они бывают *естественными* и *лабораторными*.

Лабораторные – это группы, созданные в интересах их научного изучения.

Естественные группы:

Формальные группы – это группы, которые имеют официально заданную извне структуру.

Неформальные группы – это группы, которые образуются на основе личностных предпочтений.

Формальная группа функционирует в соответствии с заранее установленными, обычно общественно фиксируемыми целями, положениями, инструкциями, уставами. Неформальная группа складывается на основе личных симпатий и антипатий ее членов.

Слаборазвитые группы – это группы, находящиеся на начальном этапе своего существования.

Высокоразвитые группы – это группы, давно созданные, отличающиеся наличием единства целей и общих интересов, высокоразвитой системы отношений, сплоченности и т.д.

Диффузные группы – это группы случайные, в которых люди объединены лишь общими эмоциями и переживаниями.

Коллектив – это высшая форма объединения людей, создающая наиболее благоприятные условия для совместной деятельности. Коллектив обладает характерными признаками, отличающими его от других форм объединения людей:

- 1) его деятельность направлена на общий для всех членов коллектива объект и в процессе ее они связаны по месту работы, времени и имеют общие орудия производства, производственные помещения и т.д.
- 2) коллектив – это организованное объединение людей, имеющее четкую, закреплённую структуру, общую волю, выразителем которой выступают доверенные лица (руководители).
- 3) всем членам коллектива присущи общие идеи и мысли, единые нравственные и этические нормативы, близкие взаимоотношения.

Референтные (эталонные) группы – это группы, на которые люди ориентируются в своих интересах, личностных предпочтениях, симпатиях и антипатиях.

Нереферентные группы (группы членства) – это группы, в которых люди реально включены и трудятся.

8.2. Психология малой группы

Характеристика психологии малой группы

Малая группа как самостоятельный субъект деятельности и специального анализа может быть охарактеризована с точки зрения содержания ее психологии. Она, как и всякая другая общность людей, объединена единством духовной жизни и психологии, имеющим свои собственные особенности, которые не сводимы к простой сумме проявлений индивидуально-психологических черт людей, ее составляющих, и которые функционируют в виде: групповых взаимоотношений, групповых устремлений, мнений, настроений и традиций.

Групповые взаимоотношения (синоним – межличностные отношения) – субъективные связи, возникающие в результате взаимодействия людей и сопровождаемые различными эмоциональными переживаниями индивидов, в них участвующих.

Взаимоотношения обуславливают стимулы совместной деятельности и поведения людей, механизмы формирования и саморазвития малой группы.

Виды взаимоотношений в малой группе: общественно-политические; служебные; внеслужебные.

Принципы взаимоотношений: уважения и субординации; сплоченности; гуманизма.

Групповые устремления, к ним относятся цели, задачи, потребности, мотивы (интересы, ценности), лежащие в основе поведения и совместных усилий членов малой группы.

Формирование и развитие системы ее устремлений происходит под воздействием условий общественной жизни и деятельности людей.

Групповые мнения – совокупность оценочных суждений всех членов группы о событиях, происходящих внутри и вне ее.

Групповые настроения – представляют собой сложные эмоциональные состояния, общий эмоциональный настрой членов группы, совокупность овладевших ими в определенный период переживаний, которые в значительной степени определяют направленность, ориентацию и характер всех проявлений психологии группы и отдельных ее членов.

Групповые настроения усиливают чувства отдельных людей, влияют на их жизнь и деятельность, развитие всей группы в целом.

Традиции – это сложившиеся на основе длительного опыта совместной деятельности ее членов и прочно укоренившиеся в их жизни нормы, правила и стереотипы поведения и действий, повседневного общения между людьми, соблюдение которых стало потребностью каждого члена малой группы.

Психология малой группы в тот или иной промежуток времени характеризуется определенным состоянием, настроением, своеобразной атмосферой. Последние по сути дела и определяют эффективность и направленность устремлений ее членов, а также влияние группы на личность и в целом – на действия и поведение людей.

Поскольку каждая группа является живой ячейкой общественного организма, ее психологии также присущи черты и более крупных по масштабу общностей (национальных, классовых, конфессиональных, профессиональных, возрастных и др.). Вместе с тем психология малой группы более специфична, что обусловлено особенностями жизнедеятельности именно ее членов и своеобразием их собственного взаимодействия и общения.

Психологическая структура малой группы

Малая группа обычно имеет свою психологическую структуру, которая включает ряд подструктур.

Композиционная подструктура – совокупность социально-психологических характеристик членов группы, чрезвычайно значимых с точки зрения состава группы как целого.

Как правило, необходимо принимать во внимание количественный и качественный состав группы. Кроме того, очень важно иметь четкие представления о национальности и социальном происхождении ее членов, чьи психологические особенности влияют на характер их совместной деятельности, межличностных отношений между ними, своеобразие образования неформальных микрогрупп, статус и позиции многих людей в них.

Подструктура межличностных предпочтений, т.е. проявление совокупности реальных межличностных связей ее членов, существующих между людьми симпатий и антипатий, которые первоначально очень быстро фиксируются с помощью метода социометрии (от лат. *societas* – общество и *metreo* – измеряю; предложен Дж. Морено).

Социометрия дает возможность выявить наличие устойчивых взаимных предпочтений членов группы, на основе которого можно строить устойчивые предположения о том, на какие из них ориентированы конкретные личности, как в группе сосуществуют люди с различным авторитетом и индивидуально-личностными особенностями, какие взаимоотношения складываются между ними, какие позиции они занимают в группе и т.д.;

Коммуникативная подструктура – совокупность позиций членов малой группы в системах информационных потоков, существующих как между ними самими, так и между ними и внешней средой, отражающая, кроме того, концентрацию у них того или иного объема различных сведений и знаний.

Владение последними – важный показатель положения члена группы, так как доступ к получению и хранению информации обеспечивает ему в ней особую роль, дополнительные привилегии.

Подструктура функциональных отношений – совокупность проявления различных взаимозависимостей в малой группе, являющихся следствием способности ее членов играть определенную роль и выполнять определенные обязанности. Группа представляет собой

чрезвычайно сложный организм, в котором люди занимают в силу специфики функционирования их индивидуально- и социально-психологических качеств разное положение, выполняют разные обязанности, испытывая в связи с конкретной ролью определенное отношение друг к другу.

Социально-психологические процессы в малой группе

Термином «**групповая динамика**» обозначается, в отличие от статистики группы (состав, границы, композиция группы), совокупность тех динамических процессов, которые одновременно происходят в группе в какую-то единицу времени и которые знаменуют собой движение группы от стадии к стадии, то есть ее развитие. Важнейшими из таких процессов являются следующие.

Образование и развитие малой группы. Образование и развитие малой группы обычно включает несколько стадий.

На первой стадии осуществляются различные процедуры знакомства ее членов, осмысливаются перспективы их сближения.

Вторая стадия обычно является периодом появления зачатков системы межличностных отношений, началом формирования группового самосознания, зарождения актива малой группы.

На третьей стадии отношения между членами малой группы принимают устойчивый характер, идет интенсивный процесс формирования групповых норм и традиций, начинает активно функционировать общее мнение, групповые настроения и атмосфера в группе способствуют решению совместных задач, проявляются сплоченность и слаженность в действиях ее членов.

На четвертой стадии группа полностью консолидируется, становится общностью с ярко выраженным чувством «Мы», всеми поддерживаемыми групповыми целями и интересами, направленными на конкретный результат, проявляется ценностно-ориентационное единство, позволяющее предотвращать конфликты.

Сплочение малой группы – это процесс формирования такого типа связей и отношений между ее членами, которые позволяют достигать их ценностно-ориентационного единства, наилучших результатов в совместной деятельности, избегать конфликтов и конфронтации.

В свою очередь сплоченность как черта психологии группы, выражающая степень единомыслия и единодействия ее членов, является обобщенным показателем их духовной общности и единства. Сама по себе сплоченность выступает для членов малой группы как привлекательная цель и ценность, как то групповое состояние, к которому надо стремиться.

Руководство и лидерство. Руководство – процесс управления группой, осуществляемый руководителем как посредником между социальной властью (государством) и членами общности на основе правовых полномочий и норм, данных ему. Лидерство же – это процесс межличностного влияния. Лидера порождает структура и характер взаимоотношений в каждой конкретной группе.

Принятие решений. В своей жизнедеятельности, развитии и руководстве группа постоянно сталкивается с ситуациями, требующими группового обсуждения с целью прояснения позиций ее членов, оценки различных ситуаций, поиска возможных путей выхода из них, выработки единой точки зрения. Совокупность всех только что перечисленных действий и составляет процесс принятия группового решения.

Групповое давление в малой группе. В ходе развития в малой группе естественно и закономерно формируются и закрепляются нормы, которые представляют собой общие для всех требования, разработанные ее членами и принятые ими в интересах регулирования взаимоотношений. Нормы группы связаны с ценностями, так как любые требования могут приниматься лишь на основе каких-либо социальных предпочтений, складывающихся на базе выработки определенного отношения к социальной действительности.

Нормы и ценности группы должны принимать и соблюдать все. И если этого не происходит, на тех, кто им не подчиняется или кто их игнорирует, оказывается психологическое

или иное воздействие (применяются санкции), которое проявляется как групповое давление.

Функции такого давления:

- 1) стремление обеспечить достижение групповых целей;
- 2) сохранение группы как целого;
- 3) разъяснение членам группы тех принципов жизни и деятельности, на которые они должны ориентироваться;
- 4) определение членами группы своего отношения к социальному окружению.

Конфликт – это трудноразрешимая ситуация, которая может возникнуть в силу сложившейся дисгармонии межличностных отношений между членами группы или нарушения равновесия между существующими в ней структурами.

Конфликты возникают не в силу проявления объективных обстоятельств, а в результате их неправильного субъективного восприятия и оценки людьми.

Обычно к ним приводят следующие причины:

- ◆ противоречия между интересами, ценностями, целями, мотивами, ролями членов группы;
- ◆ противоборство между различными людьми (между руководителем и неформальными лидерами, между неформальными микрогруппами, между разностатусными членами группы);
- ◆ разрыв отношений внутри определенных микрогрупп;
- ◆ появление и устойчивое доминирование негативных эмоций и чувств как фоновых характеристик взаимодействия и общения между членами малой группы.

Конфликт играет в малой группе как конструктивную роль (дает возможность более глубоко оценить индивидуально-психологические особенности членов группы, оказывает позитивное влияние на эффективность совместной деятельности, устраняет противоречия между людьми, позволяет ослабить состояние психологической напряженности), так и деструктивную (оказывает негативное воздействие на психическое состояние членов группы, ухудшает взаимоотношения между ними, негативно отражается на эффективности совместной деятельности).

8.3. Социально-психологическое влияние людей друг на друга

Влияние в психологическом воздействии – осуществление своих функций субъектом воздействия, его деятельность, приводящая к изменению каких-либо особенностей индивидуальности объекта, его сознания и поведения. Социальное влияние имеет место в том случае, если в результате взаимодействия повторный ответ человека на некую проблему более сближается с ответом другого человека, чем с собственным первоначальным ответом, т.е. Поведение одного человека становится подобно поведению других людей.

Виды влияния. *Индивидуально-специфическое* влияние лица, осуществляющего психологическое воздействие, заключается в передаче (или навязывании) людям еще не освоенных ими образцов личностной и другой активности, в которых выражаются его индивидуально-психологические характеристики (доброта, общительность или, наоборот, недоброжелательность, эгоизм и т.п.).

Функционально-ролевое влияние субъекта психологического воздействия – форма осуществления им своих функций и взаимодействия с другими людьми, выражающаяся в навязывании другим людям социальных ценностей и поступков, способов возможного поведения, задаваемых теми целями, которые он преследует, и определяемых той ролью, которую он играет (или исполняет).

Направленное влияние – это такое влияние субъекта психологического воздействия, которое ориентировано на определенных людей или их конкретные личностные качества и социально-психологические особенности. Направленное влияние бывает прямым и косвенным. *Прямое* влияние – это непосредственное влияние самого субъекта психологического воздей-

ствия или его личностных качеств на других людей. *Косвенное* влияние – воздействие, направленное не непосредственно на объект влияния, а на окружающую его среду. *Ненаправленное* влияние – это влияние, не нацеленное на какой-то определенный объект.

Конформность и внушаемость.

В связи с проблемой социального влияния следует различать конформность и внушаемость. *Конформность* – подверженность человека групповому давлению, изменению своего поведения под влиянием других лиц, сознательная уступчивость человека мнению большинства группы для избежания конфликта с ней. *Внушаемость*, или *суггестия* – непроизвольная податливость человека мнению других лиц или группы (человек и сам не заметил, как изменились его взгляды, поведение, это происходит само собой, искренне).

Виды конформности: а) *внутренняя личная конформность* (усваиваемая конформная реакция) – мнение человека действительно меняется под воздействием группы, человек соглашается, что группа права, и изменяет свое первоначальное мнение в соответствии с мнением группы, впоследствии проявляя усвоенное групповое мнение, поведение и при отсутствии группы; б) *внешняя, публичная конформность* – демонстративное согласие с группой по разным причинам (чаще всего, чтобы избежать конфликтов, неприятностей лично для себя или близких людей) при сохранении собственного мнения в глубине души.

Нонконформизм выступает как опровержение человеком мнения большинства, как протест подчинения, как кажущаяся независимость личности от мнения группы, хотя на самом деле и здесь точка зрения большинства является основой для поведения человека. Конформизм и нонконформизм – это родственные свойства личности, это свойства положительной и отрицательной подчиненности влияниям группы на личность, но именно подчиненности.

Темы рефератов:

1. Большие социальные группы: понятие и виды.
2. Стихийные группы и массовые движения.
3. Способы психологического воздействия в больших социальных группах.
4. Этнопсихология.
5. Теории конфликта.

Рекомендуемая литература:

1. Андреева Г.М. Социальная психология. М.: Аспект Пресс, 2004. – 365 с.
2. Аронсон Э., Уилсон Т., Эйкерт Р. Социальная психология. Психологические законы поведения человека в социуме. – СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2004. – 560 с.
3. Майерс Д. Социальная психология. СПб.: Питер-М, 2004. – 688 с.
4. Сущенко С.А. Социальная психология. – Ростов-на-Дону: «Феникс», 2005.
5. Тейлор Ш., Пипло Л., Сирс Д. Социальная психология. СПб.: Питер, 2004. – 767 с.

ТЕМА 9. Основы педагогики. Медицинская педагогика

9.1. Педагогика, воспитание, обучение, научение – дифференциация понятий

Предметом педагогики является исследование сущности развития и формирования человеческой личности и определение на этой основе теории и методики воспитания как специально организованного педагогического процесса; дидактика – наука о преподавании и учении.

Воспитание представляет собой процесс организованного и целенаправленного воздействия на личность. Воспитание осуществляется в основном через межличностное общение людей.

Обучение – процесс, основная цель которого состоит в развитии её способностей (обучение – овладение знаниями, умениями, способами творческой деятельности, мировоззренческими и нравственно-эстетическими идеалами).

Основные педагогические концепции – прагматизм, неопозитивизм, экзистенциализм, неотомизм, бихевиоризм.

Воспитание и обучение представляют собой разные, но взаимосвязанные стороны единой педагогической деятельности и они в действительности практически всегда реализуются совместно.

Методы обучения включают в себя приемы передачи знаний от одного человека к другому, а также формирование у обучаемого умений и навыков, в то время как методы воспитания касаются передачи социальных ценностей и социальных установок, а также чувств, норм и правил поведения.

9.2. Процесс научение – виды и механизмы у человека

Научение характеризует факт приобретения человеком новых психологических свойств и качеств в учебной деятельности. Понятия научение и обучение пересекаются. Первое может включать как целенаправленное, сознательное, так и неосознаваемое освоение некоторого поведения. Второе подразумевает процесс целенаправленной передачи опыта, формирования знаний, умений, навыков, а также заданное их усвоение. Учение и обучение почти всегда сознательные процессы, в то время как научение может происходить и на бессознательном уровне.

Виды научения:

- по механизму импринтинга, т.е. быстрого автоматического, почти моментального приспособления организма к конкретным условиям его жизни с использованием практически готовых с рождения форм поведения (как, например, если в поле зрения новорожденного утенка попадает не мать-утка, а какой-либо иной движущийся предмет, то он начинает двигаться за ним; как только новорожденный касается груди матери, у него сразу же срабатывает врожденный сосательный рефлекс);
- условнорефлекторное;
- оперантное – методом проб и ошибок;
- викарный (представлен только у человека и, частично, у высших животных) – научение через прямое наблюдение за поведением других людей, в результате которого человек начинает перенимать и усваивать наблюдаемые формы поведения;
- вербальное научение – приобретение человеком нового знания через язык.

Процесс научения, как деятельность, реализуется за счет следующих учебно-интеллектуальных механизмов:

- формирования ассоциаций (этот механизм лежит в основе установления временных связей между отдельными знаниями или частями опыта);
- подражания (выступает в качестве основы для формирования главным образом умений и навыков);
- различения и обобщения (связаны преимущественно с формированием понятий);
- инсайта (догадки, озарения) – представляет собой непосредственное усмотрение человеком какой-либо новой информации, чего-то неизвестного в уже известном, знакомом по прошлому опыту; инсайт является когнитивной базой для развития интеллекта ребенка (когнитивная сфера – познавательные процессы и сознание, включает знания человека о мире и самом себе);
- творчество – служит основой для создания новых знаний, предметов, умений и навыков, не представленных в виде готовых для усвоения через подражание образцов.

Готовность к разным видам присвоения информации обнаруживается в разные возрастные периоды: обучение как осознанный целенаправленный процесс начинается с 4-5-ти лет, а достаточно полноценная готовность к самостоятельному обучению формируется к 7-8-ми годам.

Под *средствами воспитания* понимаются способы организованного и неорганизованного воздействия, при помощи которых одни люди (воспитатели) воздействуют на других (воспитанников) с целью выработать у них определенные психологические качества и формы поведения (личный пример, образцы поведения окружающих людей, особенно известных, герои художественной литературы).

По характеру воздействия на человека средства воспитания можно разделить на прямые и косвенные (которые нередко более эффективны), а по характеру того, на что они направлены – на эмоциональные, когнитивные и поведенческие (чаще они – комплексные).

9.3. Медицинская педагогика, общая характеристика

Медицинская педагогика представляет собой новую область научного знания и практики. Уже стали традиционными программы обучения больных, опирающиеся на психологию научения. Наиболее распространенные «сферы применения» педагогики в медицине:

1. Пропаганда здорового образа жизни рассматривается в настоящее время в качестве приоритетного направления в развитии здравоохранения России. На этом пути все большую активность приобретает медицинское просвещение, воспитание у больных ответственности за свое здоровье, формирование убеждений, что от человека зависит многое, в том числе и его собственное здоровье.
2. Положительные результаты даёт специальное обучение больных злокачественными опухолями, сахарным диабетом, бронхиальной астмой, сердечно-сосудистыми и другими заболеваниями. В обучающие программы включены совместно работающие (одной командой) врачи и медсестры, которые должны быть подготовлены в области психологии и педагогики. Мед. работнику сначала нужно установить, какой информации от него ждет пациент. Пациент должен понимать суть диагноза своего заболевания, цели лечения, представлять его результат, характер и преимущества назначенных препаратов и процедур. Это повышает вероятность выполнения врачебных рекомендаций. Кроме того, пациента надо научить выполнять эти рекомендации (иначе он может хотеть, но не суметь их реализовать). Все более широкое распространение получают письменные руководства для пациентов, куда вносятся планы самоконтроля, содержащие четкие предписания о том, что и в каких случаях надо предпринимать. Для усиления эффекта часто также предлагаются аудио- и видеозаписи.
3. Обучение больных эффективному общению (в первую очередь в рамках системы социальной поддержки ВОЗ против стресса).
4. Педагогическая работа с родственниками больных. К важным факторам жизнеспособно-

сти относится укрепление семьи. Брак оказывает выраженное профилактическое влияние в отношении широкого круга заболеваний. Терапия язвенной болезни желудка, язвенного колита, сахарного диабета, бронхиальной астмы, ишемической болезни сердца, анорексии, мигрени требует подхода с позиций семейной медицины. Необходима психосоциальная адаптация, т.к. хроническая болезнь наносит пациенту и его близким психическую травму.

5. Обучающие и воспитательные мероприятия в отношении среднего и младшего медицинского персонала.

Пол, возраст, специальность, стаж мало влияют на успешность обучения, но педагогически более эффективны врачи с «художественным» типом ВНД. Успех обучения во многом зависит от умения сформировать у пациента мотивацию на учебу, уверенность в своих силах, направленность на восприятие новой информации, умения вовлечь больного в тренировку навыков самоконтроля. Для этого используют разнообразные педагогические приемы, направленные на усвоение и закрепление знаний и умений. Активно применяют стратегию и приемы поведенческой терапии.

9.4. Основные принципы поведенческой терапии в процессе обучения

Поведенческая психотерапия – психокоррекционное направление, в основе которого лежат законы научения.

Основные принципы поведенческой терапии в процессе обучения:

1. Для стойкого усвоения материала обучение должно быть личностно-ориентированным, отвечать запросам обучаемого, не противоречить его идеалам, значение предоставляемой информации должно осознаваться человеком.
2. Процесс обучения должен быть четко структурирован, цели и задачи заранее определены. Каждое занятие следует начинать с обсуждения необходимости изучения новой информации для достижения конечной цели.
3. Постоянное личное осознание целей, задач и возможностей их реализации. В конце каждого занятия обучающиеся дают свою оценку тому, что они делали в течение занятия, насколько занятие было эффективным. Делаются выводы, выделяющие наиболее важные полученные знания.
4. Процесс обучения должен быть оптимальным по времени и по объему информации. Сложность обучения не должна превышать возможностей обучаемых. Лучше повторить занятие, чем оставить что-то не усвоенным и перейти к следующему этапу. Необходимо чередовать усвоение теоретического материала с практической работой и отдыхом.
5. Обучение должно оставлять чувство непрерывности.
6. Процесс обучения должен сочетаться с самонаблюдением, самоконтролем, осознанием ответственности за результаты.
7. Предпочтительной стратегией преподавателя является активное подкрепление позитивных результатов, заострение внимания на успехах, игнорирование неудач и лишь изредка наказания (в основном за пассивность, безынициативность). Инициативу в процессе обучения следует поощрять.
8. Процесс обучения должен быть построен на индивидуальной работе с каждым пациентом даже при групповом обучении.
9. Обучение должно строиться с привлечением яркого наглядного материала, построением схем, использованием аудио- и видеоматериала. Использование эмоционально значимой для обучающегося информации значительно улучшает усвоение.
10. Предпочтительнее стратегия сотрудничества (диалоговый характер), в отличие от традиционной модели, в которой медработник является руководителем; последнее часто больному выгодно, т.к. свои проблемы он как бы передает другому, снимая с себя ответственность за свое состояние.

11. Необходимо уважительное отношение к больному, его проблемам.

Темы рефератов:

1. Виды и механизмы научения.
2. Основные психологические теории научения.
3. Основные педагогические концепции.

Рекомендуемая литература:

1. Подласый И.П. Педагогика: Новый курс: Учебник для студентов высших учебных заведений. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2003. - Кн.1. - С.9- 40, 145-158.
2. Слостенин В.А. Педагогика: Учебник. – М.: Академия, 2003. – 576 с.
3. Столяренко Л.Д. Психология: Учебник. – СПб.: Питер-М, 2004. – 592 с.

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

1. ПСИХОЛОГИЯ КАК САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ НАУКА ОФОРМИЛАСЬ:

- а) в 40-х гг. XIX в.;
- б) в 80-х гг. XIX в.;
- в) в 90-х гг. XIX в.;
- г) в начале XX в.

2. ПРИЗНАНИЕ ПСИХОЛОГИИ КАК САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ НАУКИ БЫЛО СВЯЗАНО:

- а) с созданием специальных научно-исследовательских учреждений;
- б) с развитием метода интроспекции;
- в) с развитием метода наблюдения;
- г) с выходом трактата Аристотеля «О душе».

3. ПСИХОЛОГИЯ КАК НАУКА О СОЗНАНИИ ВОЗНИКЛА:

- а) в XV в.;
- б) в XVI в.;
- в) в XVII в.;
- г) в XVIII в.

4. ПСИХОЛОГИЯ КАК НАУКА О ПОВЕДЕНИИ ВОЗНИКЛА:

- а) в XVII в.;
- б) в XVIII в.;
- в) в XIX в.;
- г) в XX в.

5. ПСИХИЧЕСКОЕ ОТРАЖЕНИЕ:

- а) является точной копией окружающей действительности;
- б) носит избирательный характер;
- в) предоставляет фотографию воздействующей окружающей среды;
- г) не зависит от условий отражения.

6. ПСИХИКА ПО ОТНОШЕНИЮ К СВОЕМУ НОСИТЕЛЮ НЕ ВЫПОЛНЯЕТ ФУНКЦИЮ:

- а) отражения объектов экстрапсихической реальности;
- б) аккумуляции опыта жизнедеятельности;
- в) трансформации и прогнозирования внешних воздействий;
- г) регуляции вегетативных изменений.

7. САМОЙ РАДИКАЛЬНОЙ ПОПЫТКОЙ ПОСТАВИТЬ ПСИХОЛОГИЮ НА ЕСТЕСТВЕННОНАУЧНУЮ ОСНОВУ ЯВЛЯЕТСЯ:

- а) психоанализ;
- б) гештальтпсихология;
- в) бихевиоризм;
- г) гуманистическая психология.

8. НАЛИЧИЕМ ДУШИ ОБЪЯСНЯЛИСЬ ВСЕ НЕПОНЯТНЫЕ ЯВЛЕНИЯ В ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ:

- а) психологии души;
- б) психологии сознания;
- в) поведенческой психологии;
- г) психологии как отражательной деятельности мозга.

9. ПСИХОЛОГИЯ — ЭТО НАУКА О ФУНКЦИЯХ СОЗНАНИЯ СОГЛАСНО:

- а) функционализму;
- б) структурализму;
- в) бихевиоризму;
- г) психоанализу.

10. ПСИХИЧЕСКИМ ЯВЛЕНИЕМ ЯВЛЯЕТСЯ:

- а) нервный импульс;
- б) рецептор;
- в) интерес;
- г) сердцебиение.

11. ОТРАЖЕНИЕ ОТДЕЛЬНЫХ СВОЙСТВ ПРЕДМЕТОВ И ЯВЛЕНИЙ МАТЕРИАЛЬНОГО МИРА ПРЕДСТАВЛЯЕТ:

- а) ощущение;
- б) восприятие;
- в) память;
- г) воображение.

12. ОСОБЕННОСТИ ОНТОГЕНЕТИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ПСИХИКИ ИЗУЧАЕТ ПСИХОЛОГИЯ:

- а) медицинская;
- б) социальная;
- в) возрастная;
- г) общая.

13. НАУЧНОЕ ТЕЧЕНИЕ, ВОЗНИКШЕЕ НА РУБЕЖЕ XIX—XX вв., ОБУСЛОВЛЕННОЕ ПРОНИКНОВЕНИЕМ ЭВОЛЮЦИОННЫХ ИДЕЙ В ПЕДАГОГИКУ, ПСИХОЛОГИЮ И РАЗВИТИЕМ ПРИКЛАДНЫХ ОТРАСЛЕЙ ПСИХОЛОГИИ, ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ ПЕДАГОГИКИ, НАЗЫВАЕТСЯ:

- а) педагогией;
- б) педологией;
- в) дидактикой;
- г) психопедагогией.

14. МЕТОДОЛОГИЯ:

- а) представляет собой результат процесса познания;
- б) определяет способы достижения и построения знания;
- в) является предметной поддержкой учебной деятельности;
- г) является процессом, в ходе которого возникают новые формы поведения и деятельности.

15. ДЛЯ НАУЧНОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО И СТИХИЙНО-ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЙ ОБЩИМ ЯВЛЯЕТСЯ:

- а) средства познания;
- б) характер целеполагания;
- в) требования к точности понятийно-терминологического аппарата;
- г) постановка целей и задач исследования.

16. В ПОСЛЕДНИЙ ПЕРИОД РАЗВИТИЯ ПСИХОЛОГИИ В КАЧЕСТВЕ ОБЪЯСНИТЕЛЬНОГО СФОРМИРОВАЛСЯ ПРИНЦИП:
- а) развития;
 - б) детерминизма;
 - в) целостности;
 - г) системности.
17. ПРИНЦИП, ТРЕБУЮЩИЙ РАССМАТРИВАТЬ ПСИХИЧЕСКИЕ ЯВЛЕНИЯ В ПОСТОЯННОМ ИЗМЕНЕНИИ, ДВИЖЕНИИ, НАЗЫВАЕТСЯ ПРИНЦИПОМ:
- а) детерминизма;
 - б) развития;
 - в) перехода количественных изменений в качественные;
 - г) объективности.
18. СТРУКТУРНО-ФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ ПОДХОД ОТНОСИТСЯ К УРОВНЮ:
- а) философской методологии;
 - б) общенаучной методологии;
 - в) специально-научной методологии;
 - г) методики и техники исследования.
19. ОТЛИЧИТЕЛЬНАЯ ЧЕРТА ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ – ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КАТЕГОРИИ:
- а) деятельности;
 - б) бессознательного;
 - в) подкрепления;
 - г) интроспекции.
20. ДЕЯТЕЛЬНОСТНЫЙ ПОДХОД В ПСИХОЛОГИИ НЕ ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ ТРЕБОВАНИЯ ПРИНЦИПА:
- а) единства психики и деятельности;
 - б) деятельностного опосредования межличностных отношений;
 - в) единства строения внутренней и внешней деятельности;
 - г) воспроизведения в онтогенезе психики основных этапов культурно-исторического развития человека.
21. Б.Г. АНАНЬЕВ ОТНОСИТ ЛОНГИТЮДНЫЙ МЕТОД ИССЛЕДОВАНИЯ:
- а) к организационным методам;
 - б) к эмпирическим методам;
 - в) к способам обработки данных;
 - г) к интерпретационным методам.
22. ЦЕЛЕНАПРАВЛЕННОЕ, ПЛАНОМЕРНО ОСУЩЕСТВЛЯЕМОЕ ВОСПРИЯТИЕ ОБЪЕКТОВ, В ПОЗНАНИИ КОТОРЫХ ЗАИНТЕРЕСОВАНА ЛИЧНОСТЬ, ЯВЛЯЕТСЯ:
- а) экспериментом;
 - б) контент-анализом;
 - в) наблюдением;
 - г) методом анализа продуктов деятельности.

23. КРАТКОЕ, СТАНДАРТИЗИРОВАННОЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ИСПЫТАНИЕ, В РЕЗУЛЬТАТЕ КОТОРОГО ДЕЛАЕТСЯ ПОПЫТКА ОЦЕНИТЬ ТОТ ИЛИ ИНОЙ ПСИХИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС ИЛИ ЛИЧНОСТЬ В ЦЕЛОМ, – ЭТО:

- а) наблюдение;
- б) эксперимент;
- в) тестирование;
- г) самонаблюдение.

24. СПОСОБ ИССЛЕДОВАНИЯ СТРУКТУРЫ И ХАРАКТЕРА МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ ЛЮДЕЙ НА ОСНОВЕ ИЗМЕРЕНИЯ ИХ МЕЖЛИЧНОСТНОГО ВЫБОРА НАЗЫВАЕТСЯ:

- а) контент-анализом;
- б) методом сравнения;
- в) методом социальных единиц;
- г) социометрией.

25. ОСНОВНОЙ ХАРАКТЕРИСТИКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НЕ ЯВЛЯЕТСЯ:

- а) предметность;
- б) субъектность;
- в) социальность;
- г) непрерывность.

26. СРЕДИ ТАКИХ ПОНЯТИЙ, КАК АКТИВНОСТЬ, ТРУД, ТРУДОВЫЕ ДЕЙСТВИЯ, ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ, ЛОГИЧЕСКИ НАИБОЛЕЕ ШИРОКИМ ПОНЯТИЕМ ЯВЛЯЕТСЯ:

- а) активность;
- б) труд;
- в) трудовое действие;
- г) деятельность.

27. ВОСПРОИЗВЕДЕНИЕ ДЕТЬМИ ДЕЙСТВИЙ ВЗРОСЛЫХ И ОТНОШЕНИЙ МЕЖДУ НИМИ В ОСОБОЙ УСЛОВНОЙ ФОРМЕ – ЭТО ИСТОРИЧЕСКИ РАЗВИВАЮЩИЙСЯ ВИД ДЕЯТЕЛЬНОСТИ:

- а) игровой;
- б) трудовой;
- в) предметной;
- г) ведущей.

28. ПО А.Н. ЛЕОНТЬЕВУ, КРИТЕРИЕМ ПОЯВЛЕНИЯ ЗАЧАТКОВ ПСИХИКИ У ЖИВЫХ ОРГАНИЗМОВ ЯВЛЯЕТСЯ:

- а) способность к поисковому поведению;
- б) наличие чувствительности;
- в) способность к гибкому приспособлению к среде;
- г) умение проигрывать действия во внутреннем плане.

29. БИОЛОГИЧЕСКАЯ ФОРМА ОТРАЖЕНИЯ – ЭТО:

- а) поведение;
- б) инстинкт;
- в) раздражимость;
- г) активность.

30. СПОСОБНОСТЬ ИЗБИРАТЕЛЬНО И СПЕЦИФИЧЕСКИМ ОБРАЗОМ ОТВЕЧАТЬ НА ЖИЗНЕННО ЗНАЧИМЫЕ ВОЗДЕЙСТВИЯ СРЕДЫ В СООТВЕТСТВИИ С ПОТРЕБНОСТЯМИ ОБМЕНА ВЕЩЕСТВ И СОХРАНЕНИЯ ЦЕЛОСТНОСТИ ОРГАНИЗМА НАЗЫВАЕТСЯ:

- а) реакцией;
- б) раздражимостью;
- в) отражением;
- г) чувствительностью;

31. ПОНЯТИЕ ВЫСШИХ ПСИХИЧЕСКИХ ФУНКЦИЙ ВВЕЛ В НАУЧНЫЙ ОБОРОТ:

- а) Л.С. Выготский;
- б) А.Н. Леонтьев;
- в) А. Р. Лурия;
- г) П.Я. Гальперин.

32. ПОНЯТИЕ «НАУЧЕНИЕ» ВОЗНИКЛО В ОТРАСЛИ ПСИХОЛОГИИ:

- а) зоопсихологии;
- б) возрастной;
- в) общей;
- г) педагогической.

33. ТЕРМИН «СОЦИАЛЬНОЕ НАУЧЕНИЕ» ВОЗНИК:

- а) в когнитивной психологии;
- б) в гештальтпсихологии;
- в) в бихевиоризме;
- г) в неофрейдизме.

34. САМЫЙ ПРОСТОЙ ВИД НАУЧЕНИЯ – ЭТО:

- а) привыкание;
- б) классическое обусловливание;
- в) оперантное обусловливание;
- г) комплексное научение.

35. ВИД НАУЧЕНИЯ, ХАРАКТЕРНЫЙ ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА И РЕДКО ИЛИ ПОЧТИ НЕ ВСТРЕЧАЮЩИЙСЯ У ДРУГИХ ЖИВЫХ СУЩЕСТВ, – ЭТО:

- а) импринтинг;
- б) викарное научение;
- в) оперантное научение;
- г) условно-рефлекторное научение.

36. РАЗВИТИЕ ОРГАНИЗМА ЧЕЛОВЕКА НАЗЫВАЕТСЯ:

- а) онтогенезом;
- б) филогенезом;
- в) социогенезом;
- г) антропогенезом.

37. БИОГЕНЕТИЧЕСКИЙ ЗАКОН ОБОСНОВАЛ:

- а) Г. Гегель;
- б) Э. Геккель;
- в) Л.С. Выготский;
- г) В. Вундт.

38. ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ, С КОТОРОЙ НА ДАННОМ ЭТАПЕ РАЗВИТИЯ СВЯЗАНО ПОЯВЛЕНИЕ ВАЖНЕЙШИХ ПСИХИЧЕСКИХ НОВООБРАЗОВАНИЙ И В РУСЛЕ КОТОРОЙ РАЗВИВАЮТСЯ ДРУГИЕ ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, НАЗЫВАЕТСЯ:

- а) основной;
- б) ориентировочной;
- в) ведущей;
- г) исполнительной.

39. ВЫСШАЯ ФОРМА ПСИХИЧЕСКОГО ОТРАЖЕНИЯ, СВОЙСТВЕННАЯ ТОЛЬКО ЧЕЛОВЕКУ, ИНТЕГРИРУЮЩАЯ ВСЕ ДРУГИЕ ФОРМЫ ОТРАЖЕНИЯ, НАЗЫВАЕТСЯ:

- а) волей;
- б) рефлексом;
- в) сознанием;
- г) эмоциями.

40. САМОСОЗНАНИЕ МОЖНО ОПРЕДЕЛИТЬ КАК:

- а) повышенное внимание к себе;
- б) уровень притязаний;
- в) направленность личности;
- г) образ себя.

41. ПРОСТРАНСТВЕННО-ВРЕМЕННЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ОБЪЕКТИВНОГО МИРА ОТРАЖАЮТ ПРОЦЕССЫ:

- а) познавательные;
- б) мотивационные;
- в) эмоциональные;
- г) волевые.

42. ТЕРМИН «КОЭФФИЦИЕНТ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОСТИ» ВВЕЛ:

- а) А. Бине;
- б) Дж. Равен;
- в) В. Штерн;
- г) Г. Айзенк.

43. АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЙ АППАРАТ, ПРЕДНАЗНАЧЕННЫЙ ДЛЯ ПРИЕМА ВОЗДЕЙСТВИЙ ОПРЕДЕЛЕННЫХ РАЗДРАЖИТЕЛЕЙ ИЗ ВНЕШНЕЙ И ВНУТРЕННЕЙ СРЕДЫ И ПЕРЕРАБОТКИ ИХ В ОЩУЩЕНИЯ, ПРЕДСТАВЛЕН:

- а) проводниковым отделом;
- б) рецептором;
- в) анализатором;
- г) рефлексом.

44. ВОСПРИЯТИЕ ЧАСТО ПРИНЯТО НАЗЫВАТЬ:

- а) осязанием;
- б) апперцепцией;
- в) перцепцией;
- г) наблюдательностью.

45. СОСРЕДОТОЧЕННОСТЬ СОЗНАНИЯ НА КАКОМ-НИБУДЬ ПРЕДМЕТЕ, ЯВЛЕНИИ ИЛИ ПЕРЕЖИВАНИИ ОБЕСПЕЧИВАЕТ:

- а) рефлексия;
- б) восприятие;
- в) внимание;
- г) память.

46. СУЩНОСТЬ ПРОЦЕССА МЫШЛЕНИЯ СОСТОИТ В УСТАНОВЛЕНИИ ТАКИХ СВЯЗЕЙ И ОТНОШЕНИЙ МЕЖДУ ПРЕДМЕТАМИ И ЯВЛЕНИЯМИ, КАК:

- а) беспричинные;
- б) корреляционные;
- в) причинно-следственные;
- г) какие-либо связи, не являющиеся сущностью мышления.

47. ТВОРЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ, ОСНОВАННАЯ НА СОЗДАНИИ НОВЫХ ОБРАЗОВ, НАЗЫВАЕТСЯ:

- а) восприятием;
- б) мышлением;
- в) воображением;
- г) вниманием.

48. ЭМОЦИИ – ЭТО ТАКОЕ ОТРАЖЕНИЕ В ФОРМЕ ПЕРЕЖИВАНИЙ ПРИЯТНОГО И НЕПРИЯТНОГО ПРОЦЕССОВ И РЕЗУЛЬТАТОВ ПРАКТИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, КАК:

- а) непосредственное;
- б) опосредованное;
- в) сознательное;
- г) рациональное.

49. САМОЕ ДЛИТЕЛЬНОЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ, ОКРАШИВАЮЩЕЕ ВСЕ ПОВЕДЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА, НАЗЫВАЕТСЯ:

- а) собственной эмоцией;
- б) аффектом;
- в) настроением;
- г) чувством.

50. ВОЛЯ – РЕГУЛИРОВАНИЕ ЧЕЛОВЕКОМ СВОЕГО ПОВЕДЕНИЯ, СВЯЗАННОЕ С ПРЕОДОЛЕНИЕМ ВНУТРЕННИХ И ВНЕШНИХ ПРЕПЯТСТВИЙ. ЭТО РЕГУЛИРОВАНИЕ:

- а) сознательное;
- б) неосознанное;
- в) интуитивное;
- г) произвольное.

51. ИЗ СЛЕДУЮЩИХ ПОНЯТИЙ: «ИНДИВИД», «ЛИЧНОСТЬ», «СУБЪЕКТ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ», «ИНДИВИДУАЛЬНОСТЬ» – НАИМЕНЕЕ ШИРОКИМ ПО СОДЕРЖАНИЮ ЯВЛЯЕТСЯ ПОНЯТИЕ:

- а) индивида;
- б) личности;
- в) субъекта деятельности;
- г) индивидуальности.

52. ЧЕЛОВЕК КАК ТИПИЧНЫЙ НОСИТЕЛЬ ВИДОВ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ – ЭТО:

- а) индивид;
- б) личность;
- в) субъект деятельности;
- г) индивидуальность.

53. ОСНОВОПОЛОЖНИКОМ ПСИХОДИНАМИЧЕСКОЙ ТЕОРИИ ЛИЧНОСТИ ЯВЛЯЕТСЯ:

- а) К. Юнг;
- б) А. Адлер;
- в) З. Фрейд;
- г) Э. Фромм.

54. ПЕРЕЖИВАЕМОЕ ЧЕЛОВЕКОМ СОСТОЯНИЕ НУЖДЫ В ЧЕМ-ЛИБО – ЭТО:

- а) мотив;
- б) потребность;
- в) интерес;
- г) склонность.

55. СОВОКУПНОСТЬ ПСИХИЧЕСКИХ ПРОЦЕССОВ, ОБЕСПЕЧИВАЮЩИХ УРОВЕНЬ ЭНЕРГЕТИКИ И НАПРАВЛЕННОСТЬ ПОВЕДЕНИЯ, ПОНИМАЕТСЯ КАК:

- а) мотивация;
- б) мотив;
- в) направленность;
- г) потребностное состояние.

56. ПОД ТЕМПЕРАМЕНТОМ ПОНИМАЮТ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПСИХИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ:

- а) статические;
- б) содержательные;
- в) динамические;
- г) приобретенные.

57. ПО И.П. ПАВЛОВУ, СИЛЬНЫЙ, УРАВНОВЕШЕННЫЙ И ПОДВИЖНЫЙ ТИП НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ ХАРАКТЕРЕН ДЛЯ:

- а) сангвиников;
- б) флегматиков;
- в) холериков;
- г) меланхоликов.

58. ТИП ТЕМПЕРАМЕНТА, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИЙСЯ ЛЕГКОЙ РАНИМОСТЬЮ И СКЛОННОСТЬЮ К ГЛУБОКИМ ПЕРЕЖИВАНИЯМ, ПРИСУЩ:

- а) холерику;
- б) сангвинику;
- в) флегматику;
- г) меланхолику.

59. СОВОКУПНОСТЬ УСТОЙЧИВЫХ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ЛИЧНОСТИ, СКЛАДЫВАЮЩАЯСЯ И ПРОЯВЛЯЮЩАЯСЯ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ОБЩЕНИИ, – ЭТО:

- а) темперамент;
- б) способности;
- в) характер;
- г) задатки.

60. К. ЛЕОНГАРД ИЗУЧАЛ АКЦЕНТУАЦИИ ХАРАКТЕРА:

- а) у детей младшего школьного возраста;
- б) у подростков;
- в) у юношей;
- г) у взрослых людей.

61. ВЫСШАЯ СТУПЕНЬ РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ НАЗЫВАЕТСЯ:

- а) одаренностью;
- б) гениальностью;
- в) талантом;
- г) задатками.

62. КОММУНИКАТИВНАЯ, ИНТЕРАКТИВНАЯ И ПЕРЦЕПТИВНАЯ СТОРОНЫ ОБЩЕНИЯ РАССМАТРИВАЮТСЯ В ПОДХОДЕ К ОБЩЕНИЮ:

- а) патопсихологическому;
- б) социально-психологическому;
- в) нейролингвистическому;
- г) психофизиологическому.

63. ОДИН ИЗ ОСНОВНЫХ МЕХАНИЗМОВ МЕЖЛИЧНОСТНОГО ВОСПРИЯТИЯ В ОБЩЕНИИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИЙСЯ ПОНИМАНИЕМ И ИНТЕРПРЕТАЦИЕЙ ДРУГОГО ЧЕЛОВЕКА ПУТЕМ ОТОЖДЕСТВЛЕНИЯ СЕБЯ С НИМ, ТРАКТУЕТСЯ КАК:

- а) социально-психологическая рефлексия;
- б) стереотипизация;
- в) эмпатия;
- г) идентификация.

64. ЖЕСТЫ, МИМИКА И ПАНТОМИМИКА – ЭТО СРЕДСТВА ОБЩЕНИЯ:

- а) оптико-кинетические;
- б) паралингвистические;
- в) экстралингвистические;
- г) пространственно-временные.

65. ПРОИЗНОШЕНИЕ, ТЕМБР, ВЫСОТА И ГРОМКОСТЬ ГОЛОСА ОТНОСЯТСЯ К СРЕДСТВАМ ОБЩЕНИЯ:

- а) оптико-кинетическим;
- б) паралингвистическим;
- в) экстралингвистическим;
- г) пространственно-временным.

66. СИСТЕМА ВОКАЛИЗАЦИИ, Т.Е. КАЧЕСТВО ГОЛОСА, ЕГО ДИАПАЗОН, ТОНАЛЬНОСТЬ НАЗЫВАЕТСЯ:

- а) экстралингвистикой;
- б) паралингвистикой;
- в) проксемикой;
<ли>г) кинесикой.

67. ПСИХОЛОГИЯ ОБЩЕНИЯ, ПРАВИЛЬНО:

- а) общение и коммуникация это одно и тоже;
- б) в процессе общения мы, как правило, вскрываем истинные мотивы общающихся с нами;
- в) у врачей часто встречается позиция авторитаризма;
- г) эмпатия психолога не влияет на характер его взаимоотношений с клиентом.

68. СОЦИАЛЬНАЯ ГРУППА – ЭТО:

- а) бесструктурное скопление людей, лишенных ясно осознаваемой общности целей;
- б) относительно устойчивая совокупность людей, связанных между собой системой отношений, регулируемых общими ценностями и нормами;
- в) организованная совокупность людей, различающихся по месту их проживания; системе общественного производства и др. показателям;
- г) исторически сложившаяся совокупность людей, проживающих на определенной территории и обладающая общим мировоззрением, традициями, обычаями.

69. ЧТО ИЗ ПРИВЕДЕННОГО ОТЛИЧАЕТ МАЛУЮ ГРУППУ ОТ БОЛЬШОЙ:

- а) относительная структурная простота;
- б) размер группы не более десяти человек;
- в) жесткая вертикальная иерархия;
- г) демократический стиль лидерства.

70. СИСТЕМООБРАЗУЮЩИМ ФАКТОРОМ ПСИХОЛОГИИ ТРУДОВОГО КОЛЛЕКТИВА ЯВЛЯЕТСЯ:

- а) психологический климат;
- б) организационно-управленческая структура;
- в) социально-психологический характер межличностных отношений;
- г) совместная трудовая деятельность.

ОТВЕТЫ К ТЕСТОВЫМ ЗАДАНИЯМ

1.б	8.а	15.г	22.в	29.в	36.а	43.в	50.а	57.а	64.а
2.а	9.а	16.г	23.в	30.б	37.б	44.в	51.а	58.г	65.б
3.в	10.в	17.б	24.г	31.а	38.в	45.в	52.в	59.в	66.б
4.г	11.а	18.б	25.а	32.а	39.в	46.в	53.в	60.г	67.в
5.б	12.в	19.а	26.а	33.в	40.г	47.в	54.б	61.а	68.б
6.г	13.б	20.г	27.а	34.а	41.а	48.а	55.а	62.б	69.а
7.в	14.б	21.а	28.б	35.б	42.в	49.в	56.в	63.г	70.г

Ротапринт ВолГМУ. Формат 60x84/16. Бумага типографская.
Гарнитура Times New Roman.
Усл. печ. л. 14.13 Т.500 экз. Заказ №_____.