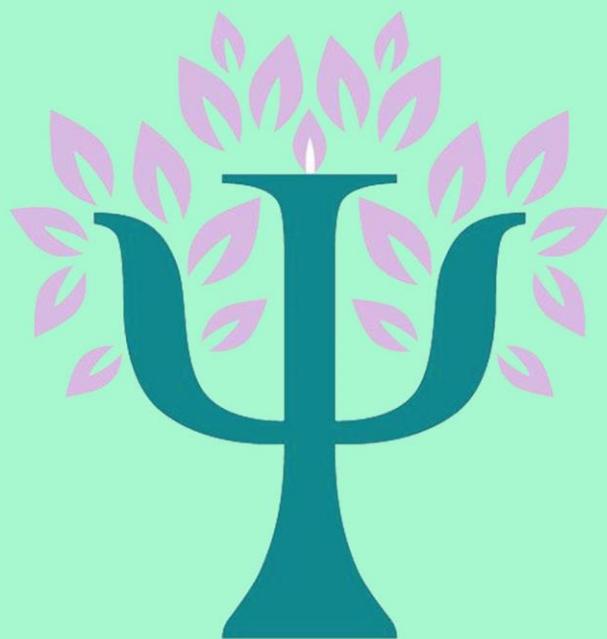


МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФГБОУ ВО «АДЫГЕЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Т.А. Цергой

ВВЕДЕНИЕ В ПСИХОЛОГИЮ



Майкоп
ЭЛИТ
2025

УЧЕБНОЕ ПОСОБИЕ

УДК 159.9(075)

ББК 88.5Г17

Ц41

Публикуется по решению редакционно-издательского совета
Адыгейского государственного университета

Рецензенты:

Багадирова С.К., кандидат педагогических наук, доцент кафедры теоретических основ физического воспитания, заместитель директора по учебной работе ИФК и дзюдо Адыгейского государственного университета

Деткова И.В., кандидат психологических наук, доцент кафедры педагогики и социальной психологии факультета социальных технологий и туризма Адыгейского государственного университета

Ответственный редактор:

Ковалева Н.В., кандидат психологических наук, доцент кафедры педагогической психологии факультета педагогики и психологии Адыгейского государственного университета

Ц41 Введение в психологию : учебное пособие // автор-составитель : Т.А. Цергой – электрон. дан. (1 файл pdf – 2,92 Мб) – Майкоп : ЭЛИТ, 2025. – Режим доступа: <https://> ISBN 978-5-6054009-0-5 EDN: NHEINE

В учебном пособии представлены материалы к курсу «Введение в психологию», составленные в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта по направлениям подготовки 38.03.01 Экономика, 38.03.02 Менеджмент, 39.03.02 Социальная работа, 42.03.01 «Реклама и связи с общественностью», 43.03.02 Туризм, квалификация (степень) «Бакалавр».

Учебное пособие состоит из трёх тематических разделов, содержащих лекционный материал и контрольные вопросы и для самопроверки и самоподготовки обучающихся. Представленные после основных разделов творческие задания предназначены для углубления полученных знаний и развития профессиональных компетенций, а тестовые задания предлагаются как преподавателям для контроля усвоения учебной информации, так и обучающимся для самопроверки. Глоссарий включает в себя определения всех ключевых понятий курса, представленных в пособии. Для удобства восприятия учебного материала пособие проиллюстрировано таблицами и схемами.

Учебное пособие адресовано студентам, начинающим изучать психологию, и преподавателям, читающим данный курс.

ISBN 978-5-6054009-0-5



9 785605 400905 >



© ФГБОУ ВО «АГУ», 2025
© Цергой Т.А., 2025
© Оформление электронного издания ООО «ЭЛИТ», 2025

Содержание

МОДУЛЬ 1. Введение в психологию	7
1. Объект, предмет, методы психологии.....	7
1.1. Психология как наука	7
1.2. История развития психологической науки	9
1.3. Отрасли психологии	13
1.4. Методы психологии.....	16
Контрольные вопросы:.....	23
2. Психика и ее основные функции	24
2.1. Психика и организм. Мозг и психика.....	24
2.2. Основные функции психики.....	29
2.3. Структура психики.....	31
Контрольные вопросы:.....	33
3. Развитие психики в процессе фило- и онтогенеза	34
3.1. Этапы филогенеза психики	34
3.2. Этапы онтогенеза психики.....	36
3.3. Возрастная периодизация психического развития	39
Контрольные вопросы:.....	45
4. Сознание и бессознательные явления.....	46
4.1. Характеристика сознания.....	46
4.2. Структура и функции сознания.....	47
4.3. Свойства сознания.....	49
4.4. Бессознательные механизмы психики	50
Контрольные вопросы:.....	54
МОДУЛЬ 2. Психические процессы и состояния	55
5. Ощущение и восприятие	55
5.1. Физиологические основы ощущений.....	55
5.2. Классификации ощущений.....	56
5.3. Свойства и характеристики ощущений	58
5.4. Пороги ощущений	59
5.5. Восприятие и его свойства.....	60
5.6. Классификации видов восприятия.....	61
Контрольные вопросы:.....	63
6. Внимание и память	64
6.1. Психологическая характеристика внимания	64
6.2. Классификации видов внимания.....	65
6.3. Основные свойства внимания	67
6.4. Этапы развития внимания	68
6.5. Характеристика мнемических процессов.....	68
6.6. Свойства памяти.....	69
6.7. Классификация видов памяти.....	70
6.8. Закономерности работы памяти.....	72
6.9. Правила тренировки памяти	73
Контрольные вопросы:.....	74
7. Мышление и речь. Интеллект.	75
7.1. Мышление и его свойства	75
7.2. Виды и формы мышления.....	77
7.3. Развитие мышления в процессе онтогенеза.....	81

7.4. Творчество как психический процесс	82
7.5. Патологические нарушения мышления	83
7.6. Взаимосвязь мышления и речи	83
7.7. Виды речи.....	85
Контрольные вопросы:.....	87
8. Воображение	88
8.1. Воображение и его функции.....	88
8.2. Классификации видов воображения.....	89
8.3. Механизмы функционирования воображения	91
Контрольные вопросы:.....	92
9. Эмоционально-волевая сфера личности	92
9.1. Психологическая характеристика эмоций.....	92
9.2. Функции эмоций.....	93
9.3. Классификации эмоций.....	94
9.4. Эмоции и чувства.....	96
9.5. Воля как психический процесс.....	97
9.6. Структура волевого акта.....	98
9.7. Волевые качества личности	99
9.8. Мотивационная сфера человека.....	101
Контрольные вопросы:.....	106
10. Психические состояния.....	107
10.1. Психические состояния и уровни их проявления	107
10.2. Классификации психических состояний	109
10.3. Характеристика основных психических состояний человека по степени активации организма.....	110
10.4. Управление психическим состоянием.....	112
Контрольные вопросы:.....	112
МОДУЛЬ 3. ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ	113
11. Понятие личности. Индивид, личность, субъект, индивидуальность....	113
11.1. Общее понятие о личности	113
11.2. Структура личности	114
11.3. Направленность личности	115
11.4. Индивид, личность, субъект, индивидуальность	117
11.5. Основные теории личности.....	119
Контрольные вопросы:.....	121
12. Темперамент	122
12.1. Определение понятия «темперамент».....	122
12.2. Классификации типов темперамента.....	123
12.3. Психологические характеристики темперамента и особенности деятельности личности	126
Контрольные вопросы:.....	128
13. Характер. Акцентуации характера	128
13.1. Общее представление о характере	128
13.2. Классификации черт характера.....	129
13.3. Акцентуации характера.....	130
13.4. Формирование характера	136
Контрольные вопросы:.....	137
14. Способности	138
14.1. Психологическая характеристика способностей	138
14.2. Уровни развития способностей.....	138
14.3. Структура способностей	140

14.4. Классификации способностей	141
Контрольные вопросы:.....	143
15. Личность и деятельность.	143
15.1. Взаимосвязь психики, поведения и деятельности.....	143
15.2. Ведущая деятельность.....	144
15.3. Деятельностный подход в психологии	145
15.4. Структура деятельности	146
15.5. Мотивы и мотивация деятельности.....	149
15.6. Виды деятельности.....	149
Контрольные вопросы:.....	150
16. «Я-концепция» личности.....	151
16.1. Понятие и структура и функции «Я-концепция».....	151
16.2. Роль «Я-концепции» в жизни личности.....	153
16.3. Этапы формирования «Я-концепции»	154
Контрольные вопросы:.....	155
Контрольные задания.....	156
Контрольные задания к модулю «Введение в психологию».....	156
Контрольные задания к модулю «Психические процессы и состояния» ...	159
Контрольные задания к модулю «Психология личности».....	163
Тестовые задания	167
Глоссарий	181
Список использованной литературы	191

От автора

Учебно-методическое пособие «Введение в психологию» разработано в соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами последнего поколения по подготовке бакалавров направлений 38.03.01 Экономика, 38.03.02 Менеджмент, 39.03.02 Социальная работа, 42.03.01 «Реклама и связи с общественностью», 43.03.02 Туризм, квалификация (степень) «Бакалавр».

Настоящее пособие состоит из трёх тематических разделов, каждый из которых содержит лекционный материал и контрольные вопросы для самопроверки и самоподготовки в конце каждого параграфа. Данный алгоритм построения учебного пособия способствует закреплению изученного материала по каждой теме перед переходом к следующей.

В первом разделе учебного пособия представлена характеристика психологии как науки, история психологического знания, методы психологии, содержание таких явлений, как психика, сознание, бессознательное. Во втором разделе дана характеристика основных компонентов структуры психики: психических процессов, включая познавательные, эмоциональные и волевые, и психических состояний. Третий раздел посвящен психологии личности, психическим свойствам личности, деятельностному компоненту развития личности. Пособие завершается контрольными заданиями по разделам, включающими тематику рефератов и перечень творческих заданий с рекомендациями по их выполнению, тестовыми заданиями для проверки знаний, глоссарием, содержащим основные понятия курса «Введение в психологию», списком литературы, использованной при составлении пособия и рекомендуемой для самоподготовки студентов.

Данное пособие будет полезно как студентам при самостоятельном изучении и закреплении материалов дисциплины, так и преподавателям при организации учебного процесса.

МОДУЛЬ 1. Введение в психологию

1. Объект, предмет, методы психологии

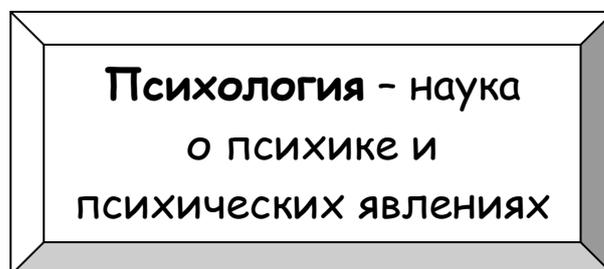
- 1.1. Психология как наука.
- 1.2. История развития психологической науки.
- 1.3. Отрасли психологии.
- 1.4. Методы психологии.

1.1. Психология как наука

Психология – наука о психике и психических явлениях. В дословном переводе психология – наука о душе (*psyche* — душа, *logos* — понятие, учение).

Психика — особая форма отражения окружающего мира, свойственная высокоорганизованной материи (человеку и животным).

Здесь следует отметить, что психика возникает там, где есть достаточно сложно организованная нервная система, то есть психические явления характерны не только для человека, но и для животных.



Под *отражением* подразумевается способность материальных объектов в процессе взаимодействия с другими объектами воспроизводить в своих изменениях некоторые особенности и черты воздействующих на них явлений.

В отличие от животных, **психика человека**, обладающего высшей формой психики – *сознанием*, представляет собой **субъективный образ объективного мира, который возникает в процессе взаимодействия человека с окружающей его средой и другими людьми.**

Нематериальность психических явлений делает их недоступными для непосредственного изучения. Психику нельзя увидеть, услышать, попробовать на вкус или на ощупь. Мы можем исследовать психику только косвенно, делая выводы о психических явлениях только по внешним, материальным признакам их проявлений. В связи с этим, психология одновременно является и гуманитарной, и естественной наукой.

В быту под словом «психология» понимают не только науку, но и определенную систему житейских знаний. Между этими областями человеческой культуры есть как сходство, так и различия. Сходство состоит в том, что обе эти сферы изучают психику человека, но различия между ними весьма значительны (табл. 1.1).

Таблица 1.1. Психология как наука и как система житейских знаний

Житейские психологические знания	Научные психологические знания
Знания опираются на конкретные факты, обобщения нередко неправомерны	Знания опираются на многочисленные факты и затем обобщаются
Информация может быть ложной и не подвергается обязательной проверке	Знания обязательно проверяются на истинность
Интуитивный характер знаний	Знания рациональны, осознанны и обоснованы
Передача знаний затруднена или искажена	Знания накапливаются и передаются в классифицированном и точном виде
Основной источник знаний — наблюдение	Источники знаний — эксперимент, тестирование, беседа и наблюдение
Объем знаний мало меняется со временем	Знания постоянно расширяются

Объектом психологической науки является психика во всем многообразии ее проявления в процессе взаимодействия организма и окружающего мира.

Предмет исследования психологии – факты, закономерности, механизмы психики.

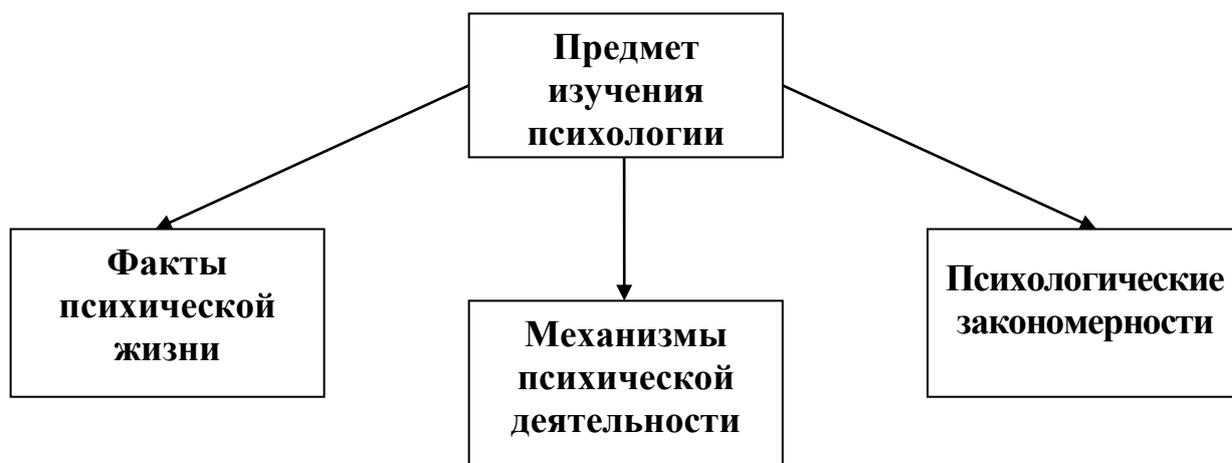


Рис. 1.1. Предмет психологии

К *фактам* психической жизни можно отнести скорость сенсомоторной реакции, некоторые процессы ощущения и восприятия действительности (например, оптические иллюзии), факты психологической защиты устоявшихся убеждений, эмоциональные реакции, возникающие при поступлении новой информации и пр.

Примером психической *закономерности* является закон Вебера-Фехнера, касающийся относительных порогов ощущений: «интенсивность ощущения пропорциональна логарифму силы раздражения».

Механизмы психических явлений наиболее трудно выявлять и исследовать. К настоящему времени они изучены мало, однако прогресс психологии связан именно с этим направлением. Примером является

возникновение чувства удовольствия при повышении электрической активности определенных центров гипоталамуса в промежуточном мозге.

Основной задачей психологии как науки является изучение объективных закономерностей формирования, развития и проявления психических явлений и процессов.

Частными задачами психологии являются:

- качественное изучение психических явлений и процессов;
- анализ формирования и развития психических явлений и процессов;
- изучение физиологических механизмов психических явлений и процессов;
- содействие внедрению психологических знаний в практику жизни и деятельности людей.

Изучая закономерности психических явлений, психологи раскрывают сущность процесса отражения объективного мира в мозгу человека, выясняют, как регулируются действия человека, как развивается психическая деятельность и формируются психические свойства личности. Поскольку психика человека есть отражение объективной действительности, изучение психологических закономерностей означает, прежде всего, установление зависимости психических явлений от объективных условий жизни и деятельности человека. Но поскольку любая деятельность людей обусловлена не только объективными условиями жизни и деятельности человека, но и субъективными (отношения, установки человека, его личный опыт, выражающийся в знаниях, навыках и умениях, необходимых для этой деятельности), перед психологией стоит задача выявления особенностей осуществления деятельности и ее результативности в зависимости от соотношения объективных условий и субъективных моментов.

Так, устанавливая закономерности познавательных процессов (ощущения, восприятия, мышления, воображения, памяти), психология способствует научному построению процесса обучения, создавая возможность правильного определения содержания учебного материала, необходимого для усвоения тех или иных знаний, навыков и умений. Выявляя закономерности формирования личности, психология оказывает содействие педагогике в правильном построении воспитательного процесса.

1.2. История развития психологической науки

Этапы развития психологической науки:

I этап – психология как наука о душе. Такое определение психологии было дано более двух тысяч лет назад. Наличием души пытались объяснить все непонятные явления в жизни человека.

II этап – психология как наука о сознании. Возникает в XVII веке в связи с развитием естественных наук. Способность думать, чувствовать, желать называли сознанием. Основным методом изучения считалось наблюдение человека за самим собой и описание фактов.

III этап – психология как наука о поведении. Возникает в XX веке: Задача психологии – ставить эксперименты и наблюдать за тем, что можно непосредственно увидеть, а именно: поведение, поступки, реакции человека (мотивы, вызывающие поступки, не учитывались).

IV этап – психология как наука, изучающая объективные закономерности, проявления и механизмы психики.

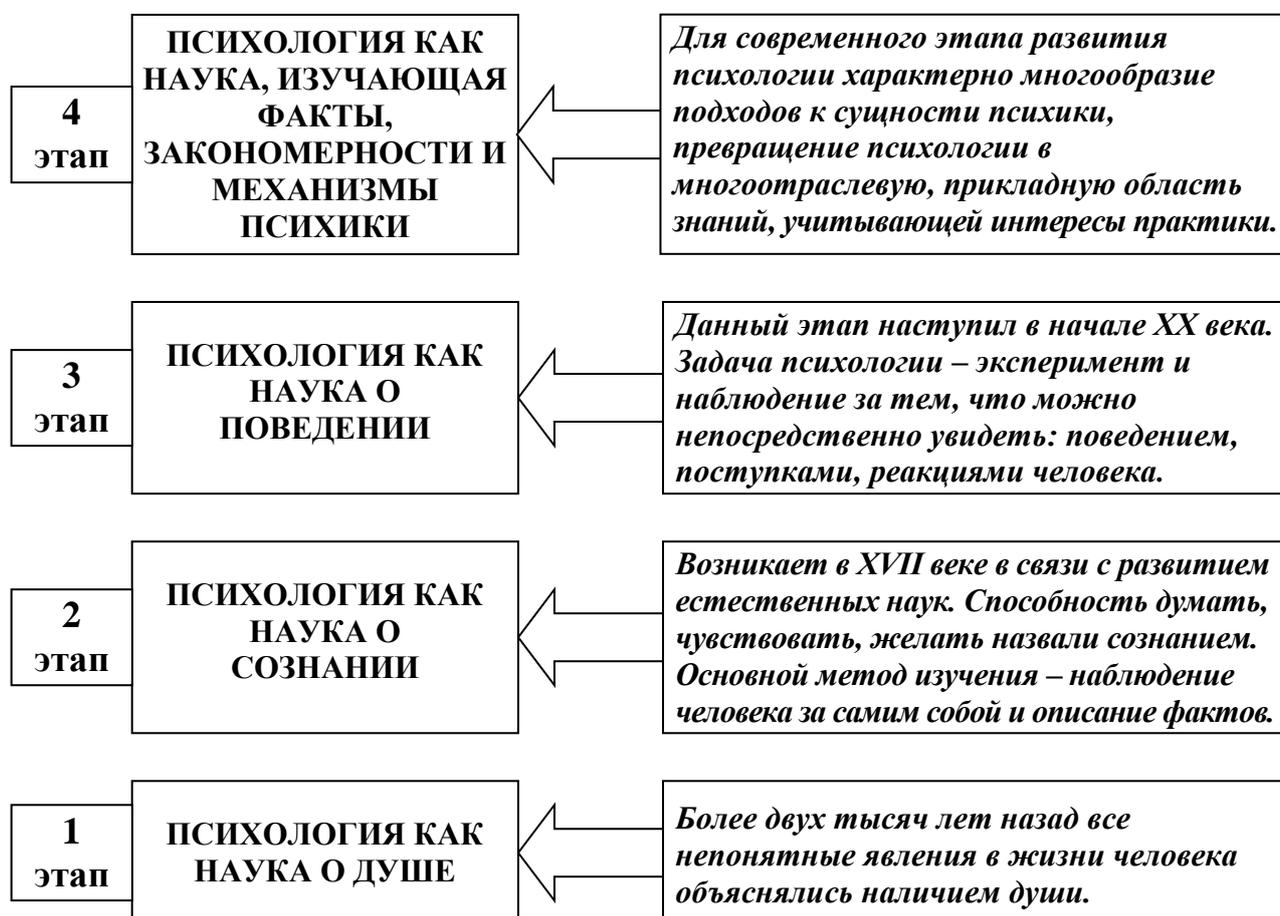


Рис. 1.2. Этапы развития психологической науки

Первые представления о психике были связаны с **анимизмом** (лат. анима – дух, душа) – древнейшими взглядами, согласно которым у всего, что существует на свете, есть душа. Душа понималась как независимая от тела сущность, управляющая всеми живыми и неживыми предметами.

Согласно древнегреческому философу Платону (427-347 гг. до н.э.), душа у человека существует, прежде чем она вступает в соединение с телом. Она есть образ и истечение мировой души. Душевные явления подразделяются Платоном на разум, мужество (в современном понимании – воля) и вожделения (мотивация). Разум размещается в голове, мужество – в груди, вожделение – в брюшной полости. Гармоническое единство разумного начала, благородных стремлений и вожделения придает целостность душевной жизни человека.

Первым научным трудом по психологии считается трактат Аристотеля «О душе». Душа, по Аристотелю, бестелесна, она есть форма живого тела, причина и цель всех его жизненных функций. Движущей силой поведения человека

является стремление (внутренняя активность организма), сопряженное с чувством удовольствия или неудовольствия. Чувственные восприятия составляют начало познания. Сохранение и воспроизведение ощущений дает память. Мышление характеризуется составлением общих понятий, суждений и умозаключений. Особой формой интеллектуальной активности является нус (разум), привносимый извне в виде божественного разума.

Под влиянием атмосферы, характерной для средневековья (усиление церковного влияния на все стороны жизни общества, включая и науку), утвердилось представление, что душа является божественным, сверхъестественным началом, и потому изучение душевной жизни должно быть подчинено задачам богословия. Человеческому суждению может поддаваться лишь внешняя сторона души, которая обращена к материальному миру. Величайшие таинства души доступны лишь в религиозном (мистическом) опыте.

С XVII века начинается новая эпоха в развитии психологического знания. Она характеризуется попытками осмыслить душевный мир человека преимущественно с общефилософских, умозрительных позиций, без необходимой экспериментальной базы. Р. Декарт (1596-1650) приходит к выводу о полнейшем различии, существующем между душой человека и его телом: тело по своей природе всегда делимо, тогда как дух неделим.

Однако душа способна производить в теле движения. Это противоречивое дуалистическое учение породило проблему, названную психофизической: как связаны между собой телесные (физиологические) и душевные (психические) процессы в человеке. Декарт заложил основы детерминистской (причинностной) концепции поведения с ее центральной идеей рефлекса как закономерного двигательного ответа организма на внешнее физическое раздражение.

Попытку вновь соединить тело и душу человека, разделенные учением Декарта, предпринял голландский философ Б. Спиноза (1632-1677). Нет особого духовного начала, оно всегда есть одно из проявлений протяженной субстанции (материи). Душа и тело определяются одними и теми же материальными причинами. Спиноза полагал, что такой подход дает возможность рассматривать явления психики с такой же точностью и объективностью, как рассматриваются линии и поверхности в геометрии.

Немецкий философ Г.В. Лейбниц (1646-1716), отвергнув установленное Р. Декартом равенство психики и сознания, ввел понятие о бессознательной психике. В душе человека непрерывно идет скрытая работа психических сил – бесчисленных малых перцепций (восприятия). Из них возникают сознательные желания и страсти.

Термин «эмпирическая психология» введен немецким философом XVIII в. Х. Вольфом для обозначения направления в психологической науке, основной принцип которого состоит в наблюдении за конкретными психическими явлениями, их классификации и установлении проверяемой на опыте, закономерной связи между ними.

Английский философ Джон Локк (1632-1704) рассматривает душу человека как пассивную, но способную к восприятию среду, сравнивая ее с чистой доской, на которой ничего не написано. Под воздействием чувственных впечатлений душа человека, пробуждаясь, наполняется простыми идеями, начинает мыслить, то есть образовывать сложные идеи.

В язык психологии Локк ввел понятие ассоциации – связи между психическими явлениями, при которой актуализация одного из них влечет за собой появление другого.

Выделение психологии в самостоятельную науку произошло в 60-х годах XIX в. Оно было связано с созданием специальных научно-исследовательских учреждений – психологических лабораторий и институтов, кафедр в высших учебных заведениях, а также с внедрением эксперимента для изучения психических явлений.

История психологии как экспериментальной науки начинается в 1879 году в основанной немецким психологом Вильгельмом Вундтом (1832-1920) в Лейпциге первой в мире экспериментальной психологической лаборатории. Первым вариантом экспериментальной психологии как самостоятельной научной дисциплины явилась физиологическая психология Вильгельма Вундта. Он полагал, что в области сознания действует особая психическая причинность, подлежащая объективному научному исследованию.

В 1885 году Владимир Михайлович Бехтерев (1857-1927) организовал подобную лабораторию в России. Он развивал экспериментальное направление в психологии с использованием объективных методов исследования.

С именем В.М. Бехтерева связано окончательное утверждение новой парадигмы в исследовании психической деятельности, основывающейся на объективном подходе к объяснению природы психического и методов его изучения.

Основоположником отечественной научной психологии считается Иван Михайлович Сеченов (1829-1905). В его книге «Рефлексы головного мозга» (1863) основные психологические процессы получают физиологическую трактовку. Их схема такая же, что и у рефлексов: они берут начало во внешнем воздействии, продолжаются центральной нервной деятельностью и заканчиваются ответной деятельностью – движением, поступком, речью. Такой трактовкой Сеченов предпринял попытку вырвать психологию из круга внутреннего мира человека. Однако при этом была недооценена специфика психической реальности в сравнении с физиологической ее основой, не учтена роль культурно-исторических факторов в становлении и развитии психики человека.

Важное место в истории отечественной психологии принадлежит Георгию Ивановичу Челпанову (1862-1936). Его главная заслуга состоит в создании в России психологического института (1912).

Усилия Ивана Петровича Павлова (1849-1936) были направлены на изучение условно-рефлекторных связей в деятельности организма. Им раскрыто взаимодействие процессов возбуждения и торможения, обосновано, что анализирующая деятельность коры головного мозга всегда связана с

синтезирующей, одна невозможна без другой. Работы И.П. Павлова значительно повлияли на понимание физиологических основ психической деятельности.

1.3. Отрасли психологии

В современной психологии существует два основных направления развития научного познания – фундаментальное и прикладное (рис. 1.3).



Рис. 1.3. Структура современной психологии

Выделение отдельных отраслей психологической науки обусловлено связями психологии с другими науками (рис. 1.4).



Рис. 1.4. Связь психологии с другими науками по классификации Ю.В. Щербатых

Современная психология занимает промежуточное положение между философскими, естественными и социальными науками. Объясняется это тем, что в центре ее внимания всегда остается человек, изучением которого в разных аспектах занимаются все указанные науки. Широкий спектр задач, решением которых заняты психологи, обуславливает, с одной стороны, необходимость взаимосвязей психологии с другими науками, участвующими в решении комплексных проблем, а с другой – выделение внутри самой психологической науки специальных отраслей, занятых решением психологических задач в той или иной сфере общества.

Родоначальником психологии считается величайший философ древности Аристотель. **Философия** есть система взглядов на мир и человека, а изучением человека занимается именно психология. На стыке философии и психологии располагается такая отрасль последней, как *общая психология*.

Социология как самостоятельная наука тесно связана с *социальной психологией*, которая является тем мостиком, который связывает мысли, чувства и установки отдельных людей с феноменами массового сознания. Кроме того, социология предоставляет психологии факты социальной деятельности людей, которые затем используются психологией. Таким образом, связь между психологией и социологией обеспечивает *социальная психология*.

Педагогика предоставляет психологии информацию об основных направлениях и закономерностях обучения и воспитания людей, позволяющую выработать рекомендации по психологическому обеспечению этих процессов. Связь между этими близкими науками обеспечивают *педагогическая психология* и *возрастная психология*.

Технические науки также связаны с психологией, так как у них зачастую возникает проблема «стыковки» сложных технических систем и человека. Данными вопросами занимаются *инженерная психология* и *психология труда*.

Естествознание тесно связано с психологией. Развитие теоретической и практической психологии в последние годы было бы невозможно без успехов в биологии, анатомии, физиологии, биохимии и медицине. Благодаря этим наукам психологи лучше понимают строение и работу мозга человека, который является материальной основой психики. На стыке физиологии и психологии располагается *психофизиология*.

Медицина помогает психологии лучше понять возможные механизмы нарушения психики людей и находить пути для ее лечения (психокоррекции и психотерапии). На стыке медицины и психологии находятся такие ветви психологии, как *медицинская психология* и *психотерапия*.

Психология интегрирует все данные этих наук и, в свою очередь, влияет на них, становясь общей моделью человекознания.

Современная психологическая наука состоит из ряда относительно самостоятельных научных дисциплин, или отраслей (табл. 1.2).

Таблица 1.2. Содержание отдельных психологических дисциплин

Название дисциплины	Что изучает
Общая психология	Теоретические основы психологии, определяет основные понятия данной науки (психология познавательных процессов и психология личности)
Возрастная психология	Особенности изменения психики по мере развития и взросления человека
Социальная психология	Особенности взаимодействия людей и психологию целых групп и больших масс людей. Психологические явления и процессы, обусловленные принадлежностью человека к конкретным общностям
Педагогическая психология	Закономерности обучения и воспитания
Медицинская психология	Психику больного человека, а также особенности пограничных состояний между здоровьем и болезнью
Психофизиология	Наука, возникшая на стыке двух наук, — психологии и физиологии. Она исследует взаимосвязь между психическими явлениями и их телесными проявлениями
Психодиагностика	Разрабатывает методы, позволяющие изучать психику человека, причем делать это максимально обосновано и достоверно
Психотерапия	Занимается поиском и совершенствованием методов лечения людей психологическими методами, без применения фармакологических препаратов

Существуют отрасли психологии, связанные с определенными областями человеческой деятельности: военная психология, спортивная психология, инженерная психология, юридическая психология, космическая психология и т. д.

Современная психология представляет собой широко развернутую область знаний, включающую ряд отдельных дисциплин и научных направлений. Так, особенности психики животных изучает *зоопсихология*. Психика человека изучается различными отраслями психологии: *детская психология* изучает развитие сознания, психических процессов, деятельности, всей личности растущего человека, условия ускорения развития. *Социальная психология* изучает социально-психологические проявления личности человека,

его взаимоотношения с людьми, с группой, психологическую совместимость людей, социально-психологические проявления в больших группах (действие радио, прессы, моды, слухов на различные общности людей). *Педагогическая психология* изучает закономерности развития личности в процессе обучения, воспитания.

Можно выделить ряд отраслей психологии, изучающих психологические проблемы конкретных видов человеческой деятельности: *психология труда* рассматривает психологические особенности трудовой деятельности человека, закономерности развития трудовых навыков.

Инженерная психология изучает закономерности процессов взаимодействия человека и современной техники с целью использования их в практике проектирования, создания и эксплуатации автоматизированных систем управления, новых видов техники.

Авиационная, космическая психология анализирует психологические особенности деятельности летчика, космонавта.

Медицинская психология изучает психологические особенности деятельности врача и поведения больного, разрабатывает психологические методы лечения и психотерапии.

Патопсихология изучает отклонения в развитии психики, распад психики при различных формах мозговой патологии.

Юридическая психология изучает психологические особенности поведения участников уголовного процесса (психология свидетельских показаний, психологические требования к допросу, и т. п.), психологические проблемы поведения и формирования личности преступника.

Военная психология изучает поведение человека в условиях боевых действий.

1.4. Методы психологии

Классификация методов психологии представлена на рис. 1.5, а сущность основных методов – в таблице 1.3.

Таблица 1.3. Сущность основных психологических методов

Метод психологии	Сущность метода
Наблюдение	Целенаправленное, организованное восприятие и регистрация объекта. Наиболее распространенный метод, с помощью которого изучают психологические явления в различных условиях без вмешательства в их течение
Эксперимент	Метод, предполагающий активное вмешательство исследователя в деятельность испытуемого с целью создания наилучших условий для изучения конкретных психологических явлений

Метод психологии	Сущность метода
Опрос	Метод, предполагающий ответы испытуемых на конкретные вопросы исследователя. Бывает письменным (анкетирование) или устным (беседа или интервью). Опросники и анкеты, как правило, предназначаются для описания и оценки человеком самого себя
Беседа	Важный метод психологических исследований, когда необходимая информация собирается в процессе разговора между психологом и испытуемым
Тестирование	Метод, во время применения которого испытуемые выполняют определенные действия по заданию исследователя. Тест – это стандартизированное краткое психологическое испытание, предназначенное для определения психологических качеств человека
Метод анализа результатов деятельности	Метод опосредованного изучения психологических явлений по практическим результатам и предметам, в которых воплощаются творческие силы и способности людей. Обычно в этом случае исследователь анализирует, как люди выполняют поставленные перед ними практические задачи, как они относятся к порученному делу, каких достигают результатов в зависимости от определенных условий их деятельности. Все полученные данные фиксируются и обобщаются
Метод анамнеза	Сбор данных об истории развития данного человека как субъекта труда, его трудовая биография. Возможен <i>субъективный</i> анамнез и <i>объективный</i> анамнез (взгляд со стороны)
Метод экспертных оценок	Метод заключается в субъективной оценке тех или иных качеств испытуемого авторитетными людьми (экспертами). Бывает индивидуальная психологическая экспертиза и групповая (метод независимых характеристик)

Метод наблюдения. Разновидности наблюдения как метода психологии представлены на рисунке 1.6.

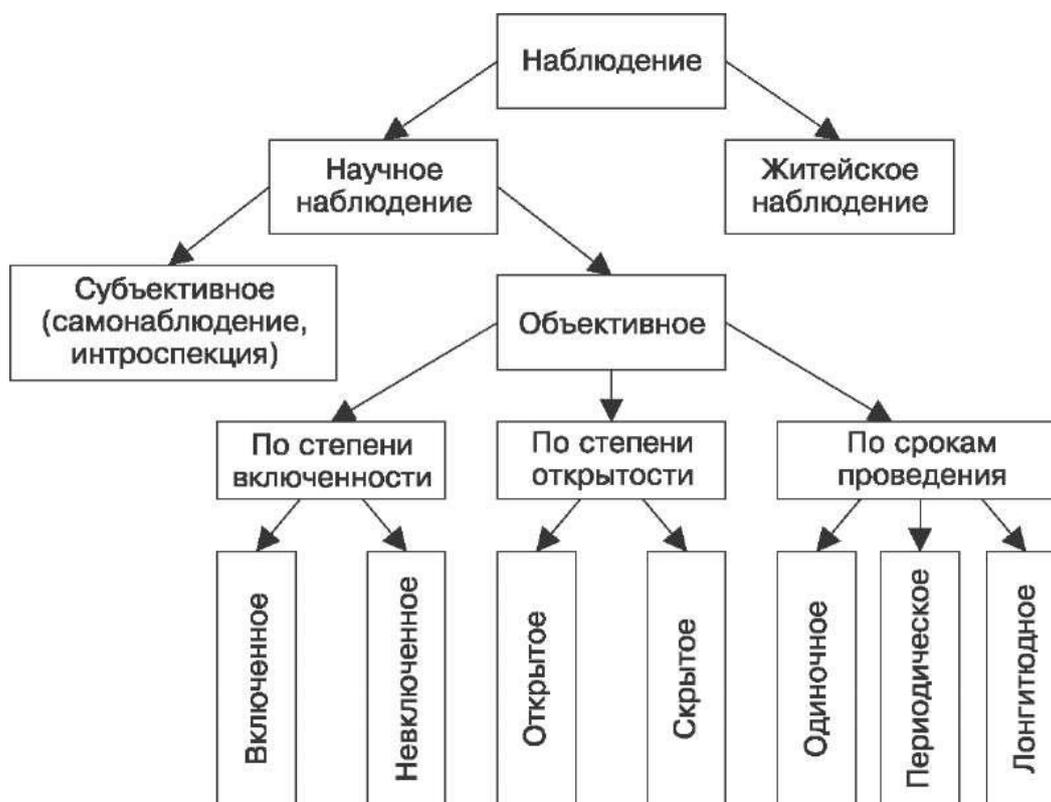


Рис. 1.6. Классификация видов наблюдения в психологии

Особенности разновидностей наблюдения отражены в таблице 1.4.

Таблица 1.4. Особенности видов наблюдения

Вид наблюдения	Характерные особенности
Житейское (обычное)	Ограничивается регистрацией фактов, носит случайный, неорганизованный характер
Научное наблюдение	Является организованным, предполагает четкий план, фиксацию результатов в специальном дневнике. Научное наблюдение может быть объективным (когда психические явления рассматриваются объективно и беспристрастно, со стороны) и субъективным
Субъективное (самонаблюдение)	Наблюдение человеком за самим собой
Объективное	Предполагает наличие наблюдателя, исследующего психические явления другого человека или группы лиц
Включенное	Предусматривает участие исследователя в деятельности, которую он изучает
Невключенное	Наблюдатель находится вне исследуемой группы, выполняющей определенную деятельность

Вид наблюдения	Характерные особенности
Открытое	Испытуемый знает, что за ним наблюдают
Скрытое	Испытуемый не знает, что за ним наблюдают
Одиночное	Наблюдение проводится однократно
Периодическое	Наблюдение проводится многократно, но в течение ограниченного периода времени (в срок от одного дня до одного года)
Лонгитюдное	Наблюдение проводится многократно, в течение длительного периода времени (более года)

Психологическое наблюдение должно осуществляться неоднократно, систематически и желательно незаметно для наблюдаемого. Основной недостаток данного метода заключается в зависимости от хода событий и внешних обстоятельств. Наблюдатель не может влиять на изучаемые процессы и не всегда может увидеть результат.

Эксперимент. Разновидности эксперимента представлены на рисунке 1.7.



Рис. 1.7. Виды эксперимента

Особенности данных разновидностей эксперимента отражены в таблице 1.5.

Таблица 1.5. Особенности видов эксперимента

Вид эксперимента	Характерные особенности
Лабораторный	Испытуемый знает о цели исследования, и его действия определяются инструкцией
Синтетический	Моделирует деятельность в целом (например, на летном тренажере, на специальном стенде, на модели кабины и пр.)
Аналитический	Изучает только один компонент деятельности

Вид эксперимента	Характерные особенности
Естественный	Испытуемый не знает во всем объеме о целях и задачах исследования и работает в привычных для него условиях. Исследование осуществляется в естественных условиях, и с изучаемыми людьми не устанавливаются непосредственные контакты
Констатирующий	В нем изучаются психологические качества или особенности испытуемого без цели изменить их
Формирующий	В процессе эксперимента развиваются определенные качества испытуемых

Метод беседы. Основные требования к беседе как научному методу:

- определение основной цели исследования;
- наличие гибкой программы, позволяющей менять ход беседы в зависимости от ответов испытуемого;
- наличие психологического контакта;
- беседа должна быть непринужденной и чередоваться с отвлеченными разговорами (не превращаться в допрос);
- нельзя использовать наводящие вопросы, подталкивающие человека к какому-то ответу;
- желательно ставить вопросы в косвенной форме (*А что, если бы... Как вы думаете...*);
- беседа проводится в индивидуальном порядке, чтобы избежать побочного воздействия присутствующих лиц;
- система вопросов должна включать взаимопроверку;
- ход беседы должен фиксироваться на бумаге во время беседы или сразу после ее окончания («по горячим следам»).

Тестирование. Отличительной особенностью теста как метода психологического исследования является стандартизированный характер его применения, что подразумевает получение точных и надежных количественных результатов. Эти результаты должны быть сравнимы между собой, иметь средние показатели по каждой популяции определенного возраста и пола, и самое главное – выявлять именно те психологические характеристики, которые интересуют исследователя.

Важными характеристиками психологических тестов являются валидность и надежность.

Валидность теста показывает, насколько тест определяет именно то качество, которое необходимо исследовать.

Надежность теста показывает, насколько он воспроизводим.

Разновидности тестов представлены на рисунке 1.8.



Рис. 1.8. Виды психологических тестов

Особенности разновидностей тестов представлены в таблице 1.6.

Таблица 1.6. Характеристика видов тестов

Разновидность теста	Характерные особенности	Пример
Закрытые тесты	Ответы испытуемого ограничены несколькими вариантами (например, «да», «нет», «не знаю»)	Тесты Айзенка, Кеттела, ММРІ
Открытые тесты	Испытуемый не ограничен жестко какими-то вариантами ответов, а может отвечать в свободной манере	Метод незаконченных предложений
Проективные тесты	Предполагают свободный и креативный режим деятельности, работу воображения и свободные ассоциации	
Селективные (избирательные) тесты	Испытуемый выбирает один вариант из нескольких (например, один цвет из нескольких)	Цветовой тест Люшера
Ассоциативно-образные тесты	Испытуемый обозначает ассоциации, возникающие у него в ответ на определенный стимул	«Пятна Роршаха»
Креативно-продуктивные тесты	Испытуемый должен создать и зафиксировать на бумаге определенные образы в соответствии с его мыслями, чувствами или установками	«Дом-дерево-человек», «Рисунок семьи», «Несуществующее животное»

Разновидность теста	Характерные особенности	Пример
Смешанные тесты	Оценивают много параметров испытуемого или носят частично формальный, частично свободно-проективный характер	Тест Розенцвейга

Контрольные вопросы:

1. Дайте определение психологии как науки.
2. В чем состоят различия между научной и житейской психологией?
3. Что является предметом изучения психологии?
4. Назовите основные задачи психологии как науки.
5. Охарактеризуйте первый этап развития психологической науки.
6. Охарактеризуйте второй этап развития психологической науки.
7. Охарактеризуйте третий этап развития психологической науки.
8. Охарактеризуйте четвертый этап развития психологической науки.
9. Опишите место психологии в системе наук.
10. Охарактеризуйте взаимосвязь психологии с философией.
11. Охарактеризуйте взаимосвязь психологии с социологией.
12. Охарактеризуйте взаимосвязь психологии с педагогикой.
13. Охарактеризуйте взаимосвязь психологии с медициной.
14. Охарактеризуйте взаимосвязь психологии с физиологией.
15. Охарактеризуйте взаимосвязь психологии с техническими науками.
16. Охарактеризуйте фундаментальное направление развития научного познания.
17. Охарактеризуйте прикладное направление развития научного познания.
18. Охарактеризуйте содержание отдельных психологических дисциплин.
19. Представьте классификацию методов психологии.
20. Охарактеризуйте метод наблюдения и его виды.
21. Охарактеризуйте опросные методы.
22. Какие требования предъявляются к методу беседы?
23. Охарактеризуйте метод тестирования и его виды.
24. Охарактеризуйте метод анализа результатов деятельности.
25. Сформулируйте определение метода анамнеза.
26. Охарактеризуйте метод экспертных оценок.

2. Психика и ее основные функции

2.1. Психика и организм. Мозг и психика.

2.2. Основные функции психики.

2.3. Структура психики.

2.1. Психика и организм. Мозг и психика

Психика (от греч. *psycho* – душа) – высшая форма взаимосвязи живых существ с предметным миром, выраженная в их способности реализовывать свои побуждения и действовать на основе информации о нем, опосредствованная активным отражением признаков объективной реальности; свойство высокоорганизованной живой материи, заключающееся в активном отражении субъектом объективного мира, в построении субъектом неотчуждаемой от него картины этого мира и регуляции на этой основе поведения и деятельности

Психика – это форма отражения окружающего мира, свойственная высокоорганизованной материи.

Активность отражения проявляется, прежде всего, в поиске и опробовании будущих действий в плане идеальных образов. На уровне человека психика приобретает качественно новый характер в силу того, что его биологическая природа преобразуется социокультурными факторами, благодаря которым возникает внутренний план жизнедеятельности – сознание, а индивид становится личностью.

Отражение – это способность материальных объектов в процессе взаимодействия с другими объектами воспроизводить в своих изменениях некоторые особенности и черты воздействующих на них явлений.

Из данного определения следует ряд основополагающих суждений о природе и механизмах проявлений психики.

1. **Психика – это свойство только живой материи.**

Причем не просто живой, а высокоорганизованной материи. Следовательно, не всякая живая материя обладает этим свойством, а лишь та, которая обладает специфическими органами, обуславливающими возможность существования психики.

2. **Главная особенность психики заключается в способности отражать объективный мир.** Это означает, что высокоорганизованная живая материя, обладающая психикой, обладает способностью получения информации об

окружающем ее мире. В то же время получение информации связано с созданием этой высокоорганизованной материей определенного психического, то есть субъективного по своей природе и идеалистического (нематериального) по своей сути образа, который с определенной мерой точности является копией материальных объектов реального мира.

3. Получаемая живым существом информация об окружающем мире служит основой для регуляции внутренней среды живого организма и формирования его поведения, что в целом определяет возможность относительно длительного существования этого организма в постоянно изменяющихся условиях среды обитания. Следовательно, живая материя, обладающая психикой, способна реагировать на изменение внешней среды или на воздействие объектов окружающей среды.

На уровне человека психика приобретает качественно новый характер в силу того, что его биологическая природа преобразуется социокультурными факторами, благодаря которым возникает внутренний план жизнедеятельности – сознание, а индивид становится личностью.

В повседневной жизни мы достаточно часто убеждаемся во взаимозависимости физического самочувствия и психического состояния. Имеется много наблюдений о прямом влиянии психики на здоровье человека.

В настоящее время науке известно, что человеческий организм является в высшей степени самоорганизующейся и саморегулирующейся системой. Мозг человека за свою эволюцию приобрел особое свойство – высочайшую пластичность, то есть, умение приспосабливаться к самым разнообразным и неожиданным условиям существования. Истинные возможности психики, ее резервы в саморегуляции организма, состояний тела огромны.

В истории психологии было предложено немало подходов, изучающих связи между морфологией тела человека и его психикой. Подробно изучены психологические различия мужчин и женщин. В частности, установлено, что мужчины превосходят женщин по скорости и координации движений, ориентации в пространстве, пониманию механики и математики, однако у женщин более ловкие руки, большая скорость восприятия, счета, памяти, а также беглость речи. У женщин ярче выражена социальная ориентация. С помощью более детальных исследований строения мозга у мужчин и женщин было обнаружено, что женский мозг в некоторых участках так называемого мозолистого тела (отвечающего за межполушарные связи) имеет больше нервных клеток. Это дает основание предполагать, что у женщин лучше происходит синтез информации, что в какой-то степени объясняет наличие загадочной «женской интуиции». Женское начало, как известно, призванное обеспечить продолжение рода, больше ориентировано на большую психическую устойчивость.

Мозг человека как главный отражатель объективного мира является сложнейшим органом, прошедшим длительный путь эволюции. Начиная от простейшей физиологической раздражительности, свойственной растительному миру, через способность реагировать на внешние воздействия из-за

необходимости в чем-либо, в мозгу с помощью биохимической и генетической памяти закреплялись многочисленные связи. При эволюции человека эти связи обусловили специфическое психическое отражение, в результате которого головной мозг вначале получил свойство субъективного переживания, а затем и субъективного познания внешних воздействий.

По оценке ученых, самыми ранними переживаниями были негативные переживания организма, сигнализирующие о признаках возможной опасности, гибели, и позитивные, когда шли сигналы об устранении опасности. Так возникла такая форма отражения, которая называется **эмоциями**.

Эмоция – это уже не только физиологическое отражение, но и переживание, то есть, субъективное явление. В дальнейшем развитии с усложнением данного специфического отражения в мозгу у человека появляется способность отражать мир в виде простейших образов, которые могли сигнализировать о жизненно важных явлениях внешнего мира. Так, по мнению ученых, и возникли ощущения как субъективный образ объективного мира. Позже у человека наряду с непосредственным отражением появляется опосредованное отражение с помощью понятий, выражаемых словами, появляется и оперирование этими понятиями, то есть **мышление**. Таким образом, эволюция привела к возникновению чисто человеческой формы отражения объективного мира – человеческого **восприятия, чувств, памяти и воли**.

Поскольку материальной основой психики является нервная система, рассмотрим ее основные функции.

Таблица 2.1. Основные функции нервной системы в организме человека

Функция	В чем проявляется
Регуляция функций органов	Нервные импульсы, приходящие к сердцу из центра блуждающего нерва, замедляют его работу
Координация работы клеток, тканей, органов и их систем	Во время акта глотания нервная система координирует деятельность языка, надгортанника, мягкого неба и мышц глотки, обеспечивая свободное прохождения пищи из глотки в пищевод
Связь организма с внешней средой	Прикосновение руки к горячему предмету вызывает рефлекторное отдергивание ее от раздражителя
Основа высших психических процессов	Нервная система (и особенно ее высший отдел — кора больших полушарий) является материальной основой таких психических явлений, как сознание, мышление и речь

Психику нельзя свести просто к нервной системе. Психические свойства являются результатом нейрофизиологической деятельности мозга, однако

содержат в себе характеристики внешних объектов, а не внутренних физиологических процессов. Преобразования сигналов, совершающихся в разных отделах мозга, воспринимаются человеком как события, разыгрывающиеся вне его, во внешнем пространстве и мире.

Таблица 2.2. Строение отделов мозга и их роль в психических явлениях

Отдел мозга	Физиологические функции	Роль в психических явлениях
Спинной мозг	Обеспечивает простейшие рефлексы человека (например, отдергивание руки от горячего предмета), а также является конечным звеном управления мышцами при осуществлении произвольных реакций.	
Продолговатый мозг	В нем находятся жизненно важные рефлекторные центры, обеспечивающие нормальные физиологические функции человека: пищеварительные центры, дыхательный центр, сосудодвигательный центр и т. д. В нем также находится ядро блуждающего нерва, играющего важную роль в поддержании вегетативного баланса.	Люди с высокой активностью блуждающего нерва называются ваготониками. Они имеют пониженный жизненный тонус, склонны к гипотонии и не способны к длительной напряженной деятельности. Среди них преобладают меланхолики или флегматики. Людей с повышенным тонусом симпатической нервной системы называют симпатикотониками. Они активны, способны к высоким нервно-эмоциональным нагрузкам, склонны к гипертонии. Среди подобных людей часто встречаются холерики и сангвиники.
Мозжечок	Обеспечивает координацию движений и их точность.	Уровень развития нейронной структуры мозжечка в определенной степени влияет на

Отдел мозга	Физиологические функции	Роль в психических явлениях
		определение жизненных сфер человека (кто-то может стать цирковым артистом, хирургом, освоить горные лыжи, а кому-то это трудно из-за проблем с равновесием или координацией движений).
Средний мозг	Отвечает за ориентировочные рефлексы и тонус мышц. Там располагаются центры настройки анализаторов: зрачковый рефлекс и центры аккомодации зрения. С помощью этих нервных центров происходит настройка органов чувств к меняющимся раздражителям.	
Промежуточный мозг (включает в себя таламус и гипоталамус)	Таламус обеспечивает фильтрацию информации, поступающей в кору больших полушарий. Благодаря его работе в сознание человека поступает только новая, потенциально важная информация, а старая, рутинная отсеивается. В гипоталамусе расположен ряд нервных центров, регулирующих обмен веществ, и эмоций человека. Например, там находятся центры голода и насыщения. Если преобладает активность первого из них, то человек будет обладать	Играет важную роль в формировании произвольного внимания. Активность этих центров влияет на поведенческие привычки и предпочтения людей. Например, если у одного человека повышена активность центра теплоотдачи, а у другого — теплопродукции, то при одинаковой температуре среды первый из них будет мерзнуть, а второму будет жарко. В гипоталамусе располагаются центры сексуальной активности и эмоциональные центры, активность которых может привести или к

Отдел мозга	Физиологические функции	Роль в психических явлениях
	повышенным аппетитом, если второго – то человек будет отказываться от еды. Неподалеку располагаются центры жажды и водного насыщения, сна и бодрствования, а также центры терморегуляции, работающие по сходному принципу.	переживанию чувства радости и удовольствия («центр эмоционального рая»), или же к переживанию крайне негативных эмоций («центр эмоционального ада»).
Кора больших полушарий	В центральных, теменных и затылочных областях коры располагаются корковые отделы анализаторов, а лобная часть отвечает за восприятие, программирование и управление движениями.	Кора больших полушарий является материальной основой высших психических функций: сознания, мышления и речи.

Психические явления соотносятся не с отдельным нейрофизиологическим процессом, а с организованными совокупностями таких процессов, то есть *психика – это системное качество мозга*, реализуемое через многоуровневые функциональные системы мозга, которые формируются у человека в процессе жизни и овладения им исторически сложившимися формами деятельности и опыта человечества через собственную активную деятельность. Таким образом, человеческая психика, специфически человеческие качества (сознание, речь, труд и пр.), формируются у человека только прижизненно, в процессе усвоения им культуры, созданной предшествующими поколениями.

2.2. Основные функции психики

Можно выделить три **основные функции психики**:

- отражение окружающей действительности;
- сохранение целостности организма;
- регуляция поведения.

Данные функции взаимосвязаны между собой и, по сути, являются элементами интегративной функции психики, которая заключается в обеспечении адаптации живого организма к условиям окружающей среды.

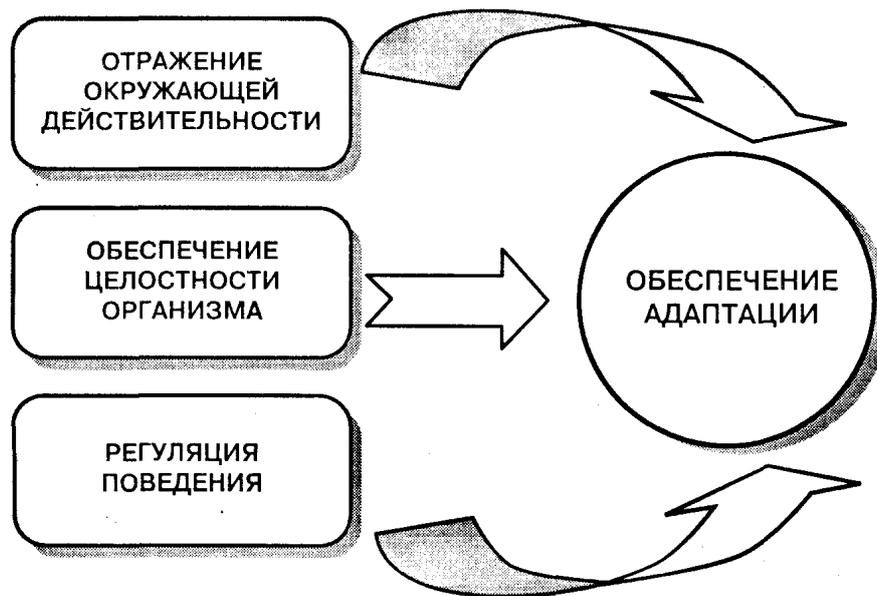


Рис. 2.1. Функции психики

Таблица 2.3. Содержание функций психики человека

№	Функции психики	Основное содержание, комментарии
1	Отражение окружающей действительности	В результате отражения внешнего мира через систему анализаторов в нервной системе создается некая «модель» реальности, более или менее соответствующая объективному миру. Психическое отражение действительности имеет свои особенности: это не механическое, зеркальное отражение, а активный процесс; при психическом отражении объективной действительности любое внешнее воздействие преломляется через ранее сложившиеся особенности психики и конкретные состояния человека, поэтому одно и то же внешнее воздействие может по-разному отражаться разными людьми в зависимости от их жизненного опыта или одним и тем же человеком в зависимости от его психофизиологического состояния.
2	Регуляция поведения и деятельности	Психика человека, с одной стороны, отражает воздействия внешней среды, а с другой – воздействует на эту среду при помощи поведения. Отражение окружающего мира происходит при участии анализаторов, а воздействие на нее – при помощи мышечного движения

№	Функции психики	Основное содержание, комментарии
3	Осознание человеком своего места в окружающем мире	Наличие психики, с одной стороны, обеспечивает человеку его адаптацию и ориентировку в окружающем мире, а с другой стороны, с помощью высшей формы психики – сознания человек осознает себя как личность, находящуюся с другими людьми в своеобразных межличностных отношениях и наделенную определенными индивидуальными особенностями

В процессе исторического развития общества человек изменяет способы и приемы своего поведения, трансформирует природные задатки и функции в *высшие психические функции* – специфически человеческие, общественно-исторически обусловленные формы памяти, мышления, восприятия (логическая память, абстрактно-логическое мышление), опосредованные применением вспомогательных средств, речевых знаков, созданных в процессе исторического развития.

Единство высших психических функций образует сознание человека. Наличие *сознания* – главная отличительная особенность психики человека. *Сознательное отражение* – это такое отражение предметной действительности, в котором выделяются ее объективные устойчивые свойства вне зависимости от отношений к ней субъекта.

2.3. Структура психики

Психика сложна и многообразна по своим проявлениям. Обычно выделяют три крупные группы психических явлений, а именно:

- 1) психические процессы,
- 2) психические состояния,
- 3) психические свойства.

Их составляющие отражены в таблице 2.4.

Психические процессы – динамическое отражение действительности в различных формах психических явлений. *Психический процесс* – это течение психического явления, имеющего начало, развитие и конец, проявляющееся в виде реакции. При этом нужно иметь в виду, что конец психического процесса тесно связан с началом нового процесса. Отсюда непрерывность психической деятельности в состоянии бодрствования человека.

Психические процессы вызываются как внешними воздействиями, так и раздражениями нервной системы, идущими от внутренней среды организма.

Таблица 2.4. Структура психики

Психические явления			
Психические процессы		Психические состояния	Психические свойства личности
Познавательные	Эмоционально-волевые		
Ощущение	Эмоции	Интерес	Темперамент
Восприятие		Угнетенность	
Внимание		Сомнение	Характер
Память	Чувства	Стресс	
Воображение		Паника	Способности
Мышление		Апатия	
Речь	Воля	Восторженность	Направленность
		Ужас и др.	

Все психические процессы подразделяются на *познавательные* – к ним относятся ощущения и восприятия, представления и память, мышление и воображение; *эмоциональные* – активные и пассивные переживания; *волевые* – решение, исполнение, волевое усилие и т. д. Психические процессы обеспечивают формирование знаний и первичную регуляцию поведения и деятельности человека. В сложной психической деятельности различные процессы связаны и составляют единый поток сознания, обеспечивающий адекватное отражение действительности и осуществление различных видов деятельности. Психические процессы протекают с различной быстротой и интенсивностью в зависимости от особенностей внешних воздействий и состояний личности.

Под *психическим состоянием* следует понимать определившийся в данное время относительно устойчивый уровень психической деятельности, который проявляется в повышенной или пониженной активности личности. Каждый человек ежедневно испытывает различные психические состояния. При одном психическом состоянии умственная или физическая работа протекает легко и продуктивно, при другом – трудно и неэффективно.

Психические состояния имеют рефлекторную природу: они возникают под влиянием обстановки, физиологических факторов, хода работы, времени и словесных воздействий (похвала, порицание и т. п.). Наиболее изученными являются:

- 1) *общее психическое состояние*, например внимание, проявляющееся на уровне активной сосредоточенности или рассеянности;
- 2) *эмоциональные состояния*, или *настроения* (жизнерадостное, восторженное, грустное, печальное, гневное, раздражительное и т. д.).

Интересные исследования имеются об особом, творческом, состоянии личности, которое называют вдохновением.

Высшими и устойчивыми регуляторами психической деятельности являются свойства личности. Под *психическими свойствами* человека следует понимать устойчивые образования, обеспечивающие определенный качественно-количественный уровень деятельности и поведения, типичный для данного человека. Каждое психическое свойство формируется постепенно в процессе отражения и закрепляется в практике. Оно, следовательно, является результатом отражательной и практической деятельности. Свойства личности многообразны, и их нужно классифицировать в соответствии с группировкой психических процессов, на основе которых они формируются. А значит, можно выделить свойства интеллектуальной, или познавательной, волевой и эмоциональной деятельности человека. Некоторые *интеллектуальные* свойства – наблюдательность, гибкость ума; *волевые* – решительность, настойчивость; *эмоциональные* – чуткость, нежность, страстность, аффективность и т. п.

Психические свойства не существуют вместе, они синтезируются и образуют сложные структурные образования личности, к которым необходимо отнести:

1) *жизненную позицию личности* (систему потребностей, интересов, убеждений, идеалов, определяющую избирательность и уровень активности человека);

2) *темперамент* (систему природных свойств личности – подвижность, уравновешенность поведения и тонус активности, – характеризующую динамическую сторону поведения);

3) *способности* (систему интеллектуально-волевых и эмоциональных свойств, определяющую творческие возможности личности);

4) *характер* как систему отношений и способов поведения.

Контрольные вопросы:

1. Изложите суть понятия «психика».
2. Что вы знаете о природе и механизмах проявлений психики?
3. Как происходит взаимосвязь психики и организма?
4. Какова роль мозга в функционировании психики?
5. Какие функции психики вы знаете?
6. Охарактеризуйте функцию отражения окружающей действительности.
7. Охарактеризуйте функцию регуляции поведения и деятельности.
8. Охарактеризуйте функцию осознания человеком своего места в окружающем мире.
9. Какова структура психики?
10. Представьте классификацию психических явлений.
11. Дайте характеристику психическим процессам.
12. Охарактеризуйте психические состояния личности.
13. Что вы знаете о психических свойствах личности?

3. Развитие психики в процессе фило- и онтогенеза

3.1. Этапы филогенеза психики.

3.2. Этапы онтогенеза психики.

Возрастная периодизация психического развития.

3.1. Этапы филогенеза психики

Филогенез (от греч. «филэ» – племя, род; «генезис» – происхождение) – развитие психики у позвоночных, имеющих усложняющуюся кору головного мозга (от рыб до человека).

Существуют разные подходы к пониманию того, кому присуща психика:

- антропсихизм – психика присуща только человеку;
- панпсихизм – всеобщая одухотворенность природы (психика присуща всей природе, в том числе и неживой);
- биопсихизм – психика – это свойство живой природы (присуща и растениям);
- нейропсихизм – психика свойственна только организмам, которые имеют нервную систему;
- мозгопсихизм – психика присуща только организмам с трубчатой нервной системой, имеющим головной мозг (при таком подходе, у насекомых психики нет, так как у них узелковая нервная система, без выраженного головного мозга).

Основные этапы развития психики

Критерием появления зачатков психики у живых организмов является наличие **чувствительности**, то есть способности реагировать на жизненно значимые раздражители среды (звук, запах и тому подобное), которые являются сигналами жизненно важных раздражителей (пища, опасность) благодаря их объективно устойчивой связи. Критерием чувствительности является способность образовывать **условные рефлексy**. **Рефлекс** – закономерная связь внешнего или внутреннего раздражителя посредством нервной системы с той или иной деятельностью. Психика возникает и развивается у животных именно потому, что иначе они не могли бы ориентироваться в среде и существовать.

Развитие психики у животных проходит ряд этапов, которые представлены на рисунке 3.1.

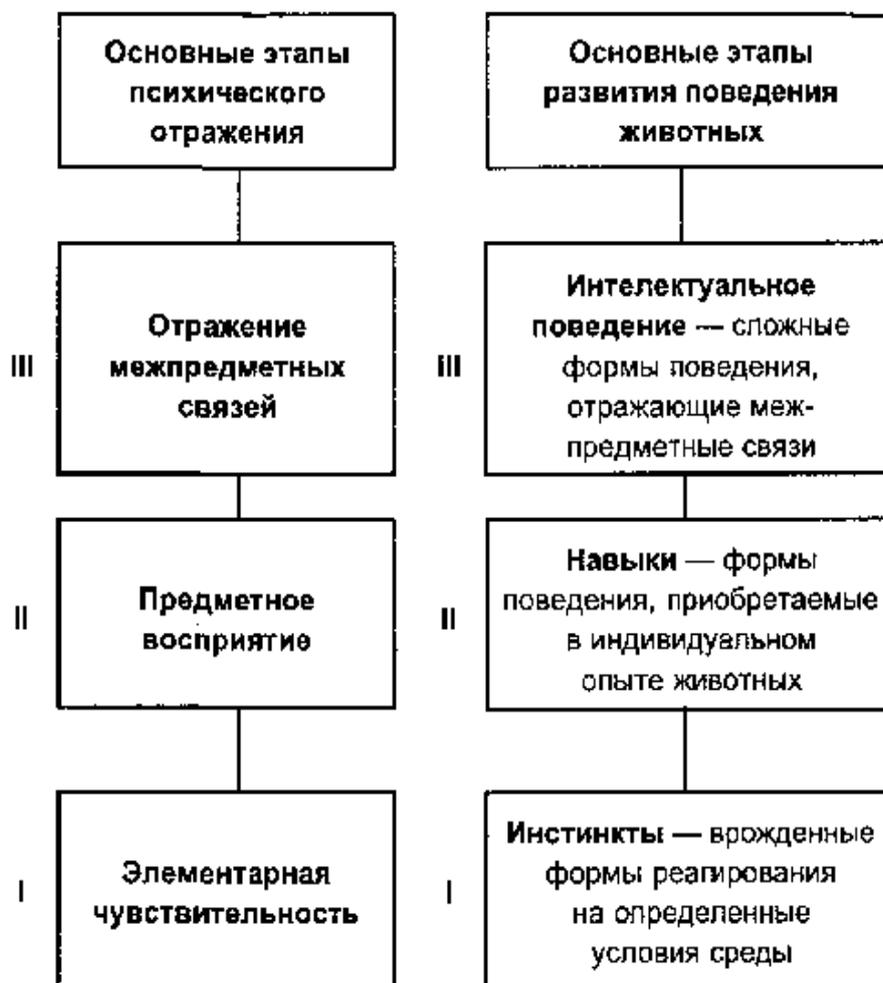


Рис. 3.1. Основные этапы развития психики и форм поведения в животном мире.

На стадии *элементарной чувствительности* животное реагирует только на отдельные свойства предметов внешнего мира и его поведение определяется врожденными инстинктами (питания, самосохранения, размножения и т. п.).

На стадии *предметного восприятия* отражение действительности осуществляется в виде целостных образов предметов и животное способно обучаться, появляются индивидуально приобретенные навыки поведения.

Стадия *интеллекта* характеризуется способностью животного отражать межпредметные связи, отражать ситуацию в целом, в результате животное способно обходить препятствия, "изобретать" новые способы решения двухфазных задач, требующих предварительных подготовительных действий для своего решения. Интеллектуальное поведение животных не выходит за рамки биологической потребности, действует только в пределах наглядной ситуации.

Психика человека – качественно более высокий уровень, чем психика животных. Сознание, разум человека развивались в процессе трудовой деятельности, которая возникает в силу необходимости осуществления совместных действий для добывания пищи при резком изменении условий жизни первобытного человека. И хотя видовые морфологические особенности

человека устойчивы уже в течение тысячелетий, развитие психики человека происходило в процессе трудовой деятельности. Трудовая деятельность имеет продуктивный характер: труд, осуществляя процесс производства, запечатлевается в своем продукте (то есть, происходит процесс воплощения, опредмечивания в продуктах деятельности людей их духовных сил и способностей). Таким образом, материальная, духовная культура человечества – это объективная форма воплощения достижений психического развития человечества.

Отличительные особенности психики человека в большей степени проявляются в онтогенезе.

3.2. Этапы онтогенеза психики

Онтогенез (от греч. «онтос» – сущее; «генезис» – происхождение) – прижизненное развитие психики индивида, начиная с внутриутробной стадии и рождения до старости и смерти. Индивидуальное развитие, так же, как и развитие человечества, имеет свои закономерности, свои периоды, стадии и кризисы.

Временной характеристикой индивидуального развития является **возраст**. В отличие от хронологического возраста, выражающего длительность существования индивида с момента его рождения, понятие «психологического возраста» означает определенную качественно своеобразную ступень онтогенетического развития, обусловливаемую закономерностями формирования организма, условиями жизни, обучения и воспитания и имеющую конкретно-историческое происхождение.

Возрастному развитию присущи два свойства – *метрическое* и *топологическое*.

Метрическое свойство означает длительность протекания тех или иных психологических процессов и состояний в психике, которые происходят на протяжении жизни человека. Метрические свойства измеряются временными интервалами (дни, месяцы, годы).

Топологическое свойство означает определенность того или иного состояния, фазу или период становления индивида.

Каждый период онтогенетического развития характеризуется определенными возрастными особенностями. **Возрастные особенности** – это специфические свойства психики индивида, закономерно изменяющиеся в процессе смены возрастных стадий.

Таблица 3.1. Этапы онтогенеза психики человека

Этапы развития психики	Возраст	Основное содержание этапа
Пренатальный период	От 3 мес. С момента зачатия до рождения ребенка	Психика человека формируется одновременно с развитием нервной системы, а значит – задолго до рождения. Начиная с возраста 12-16 недель, в коре больших полушарий ребенка уже регистрируются электрические сигналы – ответ на внешние раздражители. В возрасте нескольких месяцев от зачатия у плода человека уже формируются определенные ощущения – осязательные, температурные, слуховые и некоторые другие
Период новорожденного	От рождения до 1 мес.	Отмечаются зрительные и слуховые ощущения, ощущения положения тела в пространстве, обонятельные, кожные и вкусовые ощущения, а также многие элементарные рефлексы. Образ жизни новорожденного мало чем отличается от его образа жизни во внутриутробный период (поза, сон). Высокого развития достигают кожные ощущения со стороны щек, губ, рта. Зрительное восприятие форм вначале отсутствует, ребенок реагирует лишь на крупные или яркие движущиеся предметы. Одновременно с этим происходит развитие ориентировочных реакций (затихание на звук – шепот матери). В 3-4 недели у ребенка появляется оживление в присутствии человека
Ранний младенческий период	От 1 до 6 мес.	На этом этапе ребенок начинает оперировать предметами и у него формируется восприятие. От 2 до 6 месяцев начинаются попытки схватить предмет или ощупать предмет с одновременной зрительной фиксацией на нем (формирование зрительно-осязательных связей). Главной особенностью данной стадии является развитие действий с предметами и процессов предметного восприятия
Поздний младенческий период	От 6 до 12 мес.	Происходит изменение отношения ребенка к окружающим миром на основе предметного общения. На этом этапе происходит осмысление явлений и предметов внешнего мира и появление первых признаков речи, выработка специфически человеческих двигательных операций с предметами; овладение самостоятельной ходьбой

Этапы развития психики	Возраст	Основное содержание этапа
Преддошкольный период	От 1 до 3 лет	Основными особенностями являются интенсивное развитие сознания и речи, овладение присущим человеку отношением к окружающим предметам, подражание поведению взрослых и формирование основных функций мышления
Дошкольный период	От 3 до 7 лет	Главное отличие этого периода — наличие противоречия между стремлением ребенка к действительному овладению миром предметов и ограниченностью его возможностей. В этом возрасте ребенок стремится делать не то, что может, а то, что слышит и видит. Это противоречие разрешается в сюжетной игре. Поэтому последняя способствует овладению социальными взаимоотношениями мира. Другая особенность этой стадии — процесс формирования личности ребенка (закладываются основные черты характера, освоение основных правил и норм поведения)
Младший школьный период	От 7 до 11-12 лет	Все изменения на этой стадии связаны с учебой. Основное — умственное развитие ребенка, его мышления, личности (замена детских интересов учебными). На завершающей стадии данного этапа происходит гендерная специализация — разделение деятельности на «мужскую» и «женскую». Появляется первый опыт адаптации в коллективе
Подростковый период	От 13-14 до 17-18 лет	Завершение ориентации ребенка на определенные виды поведения в зависимости от пола (гендерная специализация). Стремясь к самореализации, ребенок начинает показывать успехи в конкретном виде деятельности. Дальнейшее развитие познавательных и психических процессов. Ориентация на взрослую жизнь. Завершается половая идентификация подростка
Акмеологический период	От 18 до 65-80 лет	Завершение соматического развития человека и стабилизация его психических функций, окончательное формирование его личности
Период геронтогенеза (старости)	От 65-80 до 120-150 лет	Постепенное ослабление памяти, снижение продуктивности мышления, нарушение психомоторики и т. д.

3.3. Возрастная периодизация психического развития

Человек проходит от рождения до зрелости сложный путь психического развития. Следует сразу отметить, что существует большое количество подходов к проблеме развития психики ребенка. Причем в разных подходах выделяют различные стадии развития психики ребенка. Например, А.Н. Леонтьев выделяет 7 стадий развития психики ребенка:

- новорожденный ребенок (до 2 месяцев);
- ранний младенческий возраст (до 6 месяцев);
- поздний младенческий возраст (от 6 до 12-14 месяцев);
- преддошкольный возраст (от 1 года до 3 лет);
- дошкольный возраст (от 3 до 7 лет),
- младший школьный возраст (от 7 до 11-12 лет);
- подростковый возраст и начало юности (от 13-14 до 17-18 лет).

Б.Г. Ананьев выделяет 7 стадий в развитии человека от рождения до юношества:

- новорожденные (1-10 дней);
- грудной ребенок (10 дней — 1 год);
- раннее детство (1-2 года);
- первый период детства (3-7 лет);
- второй период детства (8-12 лет для мальчиков, 8-11 лет для девочек);
- подростковый период (12-16 лет для мальчиков, 12-15 лет для девочек);
- юношеский (17-21 лет для мужчин, 16-20 лет для женщин).

Как мы видим, между этими подходами существуют определенные различия. Рассмотрим характеристики психологического содержания стадий, выделенных А.Н. Леонтьевым.

Первая стадия – стадия **новорожденного** (до 2 месяцев). Ребенок рождается, обладая относительно высоко развитыми органами чувств, органами движения и нервной системой, формирование которых происходит во внутриутробный период. У новорожденного отмечаются зрительные и слуховые ощущения, ощущения положения тела в пространстве, обонятельные, кожные и вкусовые ощущения, а также многие элементарные рефлексy. Нервная система новорожденного, включая кору головного мозга, в общем уже полностью анатомически оформлена. Но развитие микроскопической структуры коры еще не завершено, в частности миелинизация нервных волокон двигательных и чувствительных зон коры только начинается.

Образ жизни новорожденного мало отличается от его образа жизни во внутриутробный период: в состоянии покоя ребенок сохраняет прежнюю эмбриональную позу; сон занимает $\frac{4}{5}$ всего времени; внешняя активность ребенка в значительной мере сосредоточена на удовлетворении своих потребностей в пище; ручные и переместительные движения отсутствуют вовсе.

В возрасте трех-четырех недель у ребенка появляется своеобразная сложная реакция, выражающаяся в общем оживлении ребенка в присутствии человека. Эта реакция среди исследователей получила название «реакция оживления». В ответ на приближение говорящего человека ребенок начинает улыбаться и у него появляется общая положительная направленность, пока еще не дифференцируемая. То есть у ребенка начинают появляться первые признаки предметного восприятия.

Таким образом, основными характеристиками данной стадии являются: миелинизация нервных волокон; формирование простейших поведенческих актов и ориентировочных реакций; возникновение реакции «оживления».

Ранний младенческий возраст (от 2 до 6 месяцев). На данной стадии психического развития ребенок начинает оперировать предметами и у него формируется восприятие. Особенно активно ребенок оперирует предметами (с одновременным зрительным фиксированием) в возрасте пяти-шести месяцев, в этом возрасте происходит бурное развитие процессов восприятия. Ребенок уже может сидеть самостоятельно. В это же время ребенок начинает узнавать людей и вещи. Развивается зрительное сосредоточение и зрительное ожидание.

Таким образом, главной особенностью данной стадии является развитие действий с предметами и процессов предметного восприятия.

Поздний младенческий возраст (от 6 до 12-14 месяцев). На седьмом месяце жизни у ребенка уже хорошо развиты ручные предметные движения. Он может взять предмет, поднести его ко рту, оттолкнуть. При этом ребенок может самостоятельно садиться, переворачиваться с живота на спину; он начинает ползать, приподнимается, пытаясь цепляться за окружающие предметы. Все это приводит к увеличению самостоятельности ребенка. Его взаимоотношения со взрослыми все больше приобретают форму совместной деятельности, при которой взрослый чаще всего подготавливает действие ребенка, а само действие ребенок выполняет сам.

В ходе установленного «предметного» контакта у ребенка начинает формироваться речь.

Другое важное отличие этого возраста состоит в том, что у ребенка в процессе предметного общения со взрослым становится возможным неимпульсивное подражание взрослым, что свидетельствует о появлении у ребенка возможности овладения общественно выработанными способами действий. К концу периода ребенок овладевает и самостоятельной ходьбой.

Таким образом, основными характеристиками данного периода являются: изменение отношения с окружающим миром на основе предметного общения; осмысление предметов и появление первых признаков речи; появление неимпульсивного подражания взрослым и выработка специфически человеческих двигательных операций с предметами; овладение самостоятельной ходьбой.

Преддошкольный возраст (от 1 года до 3 лет) характеризуется возникновением и первоначальным развитием специфически человеческой, общественной по своей природе деятельности ребенка и специфической для

человека формы сознательного отражения действительности. Сущность основных изменений в психике ребенка в этот период заключается в том, что ребенок овладевает человеческим отношением к непосредственно окружающему его миру предметов. Овладение функциями предметов у ребенка происходит двояко. С одной стороны, это развитие простейших навыков, таких как владение ложкой, чашкой и др. Другая форма овладения предметами – это манипулирование ими в процессе игры.

Появление игры знаменует новую стадию развития психики ребенка. Он уже познает мир не только при взаимодействии со взрослым, но и самостоятельно.

В это время ребенок стремится выполнять все больший круг известных действий. Частое появление фразы «я сам» знаменует начало новой стадии развития психики ребенка.

Следовательно, основные особенности психического развития ребенка на данном этапе заключаются в овладении присущим человеку отношением к окружающим предметам, в подражании поведению взрослых и в формировании основных функций мышления.

Дошкольный возраст (от 3 до 7 лет). Главным отличием этого возраста является наличие противоречия между стремлением ребенка к действительному овладению миром предметов и ограниченностью его возможностей. В этом возрасте ребенок стремится делать не то, что может, а то, что видит или слышит. Однако многие действия ему еще недоступны. Ребенок активно играет. Источниками игр являются впечатления ребенка, все то, что он видит или слышит.

В процессе ролевой игры происходит формирование творческого воображения и способности произвольно управлять своим поведением. Ролевые игры также способствуют развитию восприятия, запоминания, воспроизведения и речи.

Другой важнейшей особенностью данной стадии является процесс формирования личности ребенка. В ходе этого процесса закладываются черты характера ребенка. В этот период ребенок достаточно свободно осваивает основные нормы и правила поведения. Этому способствуют не только сюжетные игры, но и чтение сказок, занятия рисованием, конструированием и т. д. По мнению А.Н. Леонтьева, в конце данной стадии развития психики ребенок стремится к овладению общественно значимой деятельностью. Тем самым он начинает вступать в новую стадию своего развития, характеризующуюся выполнением определенных обязанностей.

Младший школьный возраст (от 7 до 12 лет). Поступление в школу характеризует новый этап развития психики ребенка. Теперь его система отношений с окружающим миром определяется не только взаимоотношениями с взрослыми, но взаимоотношениями со сверстниками. Кроме этого, у него теперь есть обязанности перед обществом. От выполнения этих обязанностей зависит его будущее, его место в социуме.

Основной закономерностью психического развития на этой стадии является умственное развитие ребенка. Школа предъявляет серьезные требования к вниманию ребенка, в связи с чем происходит бурное развитие произвольного (контролируемого) внимания, произвольного целенаправленного наблюдения. Не менее серьезные требования обучение в школе предъявляет к памяти ребенка, продуктивность памяти ребенка сильно возрастает, хотя в первое время обучения память сохраняет преимущественно образный, конкретный характер.

Особенно интенсивно в младшем школьном возрасте развивается мышление детей. Оно становится более связанным, последовательным и логическим. Вместе с тем у ребенка в этом возрасте происходит бурное развитие речи, что во многом связано с овладением письменной речью. У него не только вырабатывается более правильное понимание слов, но он учится правильно пользоваться грамматическими категориями.

В процессе обучения у ребенка происходит развитие личности. Прежде всего у него меняются интересы. Детские интересы, благодаря развитию познавательных процессов, заменяются учебными интересами. Дети проявляют повышенную заинтересованность в получении нового материала, особенно в начальных классах. Они с большим интересом слушают рассказы о животных, о путешествиях и т. д.

Исключительно важную роль в формировании личности ребенка играет коллектив.

Другой особенностью этого периода является то, что на его завершающей стадии происходит разделение деятельности на «мужскую» и «женскую». Мальчики все больше интересуются мужской деятельностью, а девочки – женской.

Таким образом, младший школьный возраст характеризуется бурным развитием всех познавательных психических процессов, продолжающимся формированием личности, приобретением первого опыта адаптации в коллективе.

Подростковый возраст и начало юности (от 13-14 до 17-18 лет) характеризуется продолжением обучения. Вместе с тем ребенок все более включается в жизнь общества. В это время происходит завершение ориентации ребенка в зависимости от пола на «мужскую» и «женскую» деятельность. Более того, стремясь к самореализации, ребенок начинает показывать успехи в конкретном виде деятельности, высказывать мысли о будущей профессии.

В это же время происходит дальнейшее развитие познавательных психических процессов и формирование личности. В процессе формирования личности происходит изменение интересов ребенка. Они становятся более дифференцированными и стойкими. Учебные интересы уже не имеют первостепенного значения. Ребенок начинает ориентироваться на «взрослую» жизнь.

Также следует отметить, что на формирование личности в этот период оказывает воздействие процесс полового созревания. Завершается половая идентификация подростка.

Следует отметить, что развитие психики не завершается в период юности. Определенная динамика психического развития отмечается и в более позднее время.

Акмеологический период развития охватывает возраст от 18 до 60 лет. Впервые термин «акмеология» был предложен П.И. Рыбниковым в 1928 г. Данным термином (акме – высшая точка, расцвет, зрелость, лучшая нора) принято обозначать период зрелости как самого продуктивного, творческого периода жизни человека. В отличие от юношеского периода акмеологический период характеризуется тем, что в нем завершается общесоматическое развитие и половое созревание человека, который достигает своего оптимума физического развития. Этот период характеризуется также наиболее высоким уровнем интеллектуальных, творческих, профессиональных достижений.

Чередование стабильных и критических периодов по Л.С. Выготскому.

Кризис новорожденности.

Младший возраст (2 месяца – 1 год). Противоречия между максимальной социальностью младенца и минимальными возможностями общения.

Кризис 1 года.

Раннее детство (1-3 года). Деятельность «серьезная игра», предметно-орудийная. Появляются жест, ходьба, речь.

Кризис 3 лет. Этап онтогенеза, сопровождающийся резкой и кардинальной перестройкой сложившихся личностных новообразований у детей и переходом к новому типу взаимоотношений с окружающими.

Отделение себя от других людей, сознание собственных возможностей через чувство овладения телом, ощущение себя источником воли приводят к тому, что ребенок начинает сравнивать себя со взрослыми и хочет пользоваться теми же правами, что и взрослые: выполнять такие же действия, быть таким же независимым и самостоятельным. Желание быть самостоятельным выражается в упорном стремлении поступить так, а не иначе, ощутив прелесть и возбуждающую тревогу от волеизъявления. Ощущать себя источником своей воли – важный момент в развитии самопостижения.

Л.С. Выготский описывает характеристики кризиса трех лет:

1) негативизм – ребенок дает негативную реакцию не на само действие, которое он отказывается выполнять, а на требование или просьбу взрослого;

2) упрямство – это реакция ребенка, который настаивает на чем-то не потому, что ему этого очень хочется, а потому, что он сам об этом сказал взрослым и требует, чтобы с его мнением считались;

3) обесценивание – когда обесценивается то, что было привычно, интересно, дорого раньше;

4) строптивость близка к негативизму и упрямству, но направлена не против конкретного взрослого, а против принятых в семье норм поведения;

5) своеволие – т. е. ребенок хочет делать все сам, стремится к самостоятельности намерения, замысла;

6) протест-бунт, который проявляется в частых ссорах с родителями;

7) деспотизм – диктует свое поведение (если в семье один ребенок).

Дошкольный возраст (3-7 лет). Тенденция к эмансипации (отделению от взрослого) и тенденция не к аффективной, а к волевой форме поведения. Возникновение «Я сам».

Кризис 7 лет. На основе возникновения личного сознания появляется кризис семи лет. Его основные признаки:

1) потеря непосредственности (между желанием и действием вклинивается переживание того, какое значение это действие будет иметь для ребенка);

2) манерничание (ребенок что-то из себя строит, скрывает что-то);

3) симптом «горькой конфеты» - ребенку плохо, но он старается этого не показать.

Возникают трудности воспитания, ребенок начинает замыкаться и становится неуправляемым.

Чрезвычайно важный факт – возникновение внутренней жизни, теперь ориентация поведения будет осуществляться во внутренней жизни.

Кризис требует перехода к новой социальной ситуации, требует нового содержания отношений. Ребенок должен вступить в отношения с обществом как с совокупностью людей, осуществляющих обязательную, общественно необходимую и общественно полезную деятельность. В наших условиях тенденция к ней выражается в стремлении скорее пойти в школу.

Симптомом, рассекающим дошкольный и младший школьный возрасты, становится «симптом потери непосредственности» (Л. С. Выготский): между желанием что-то сделать и самой деятельностью возникает новый момент – ориентировка в том, что принесет ребенку осуществление той или иной деятельности. Это – внутренняя ориентация в том, какой смысл может иметь для ребенка осуществление деятельности – удовлетворение или неудовлетворение от того места, которое ребенок займет в отношениях со взрослыми или другими людьми. Здесь впервые возникает эмоционально-смысловая ориентировочная основа поступка. Согласно взглядам Д.Б. Эльконина, там и тогда, где и когда появляется ориентация на смысл поступка, там и тогда ребенок переходит в новый возраст.

Школьный возраст (8-12 лет). Утрата детской непосредственности из-за дифференциации внутренней и внешней жизни. Возникновение обобщений, логики чувств, переживания приобретают смысл, появляется самооценка.

Кризис 13 лет. Подростковый кризис – пик переходного периода от детства к взрослости. Кризисный характер этого периода показывает, что у ребенка появились новые потребности, удовлетворение которых серьезно затруднено. Внешне он проявляется в грубости и нарочитости поведения

подростка, в стремлении поступать наперекор желанию и требованию взрослых, в игнорировании замечаний, замкнутости и т. д.

На образование подросткового кризиса влияют как внешние, так и внутренние факторы. Внешние факторы: постоянный контроль со стороны взрослых, зависимость и опека, от которых подросток всеми силами стремится освободиться, считая себя достаточно взрослым, чтобы принимать самостоятельно решения.

Внутренние факторы состоят в привычках и чертах характера, мешающих подростку осуществить задуманное (внутренние запреты, привычка подчиняться взрослым и др.).

Подростковый кризис, по мнению Л.И. Божович, связан с возникновением нового уровня самосознания, характерной чертой которого является появление у подростков способности и потребности познать самого себя как личность, обладающую только ей присущими качествами. Это порождает у подростка стремление к самоутверждению, самовыражению и самовоспитанию. Механизмом развития самосознания является рефлексия. Подростки критично относятся к отрицательным чертам своего характера, переживают из-за тех черт, которые мешают им в дружбе и взаимоотношениях с другими людьми. Хотя в этот период происходит объективное изменение социального положения отрока (возникают новые отношения с окружающими; расширяется поле деятельности и др.), наиважнейшим фактором, влияющим на возникновение кризиса, являются рефлексия на внутренний мир и глубокая неудовлетворенность собой. Потеря идентичности с самим собой, несовпадение прежних представлений о себе с сегодняшним образом – вот основное содержание отроческих переживаний.

В подростковом возрасте могут с чрезмерной скоростью происходить изменения, связанные с ростом организма. Многие подростки, попадая под зависимость от физического состояния, начинают сильно нервничать и обвинять себя в несостоятельности.

Подростковый возраст – период отчаянных попыток «пройти через все». При этом подросток по большей части начинает свой поход с табуированных или прежде невозможных сторон взрослой жизни. Многие подростки «из любопытства» пробуют алкоголь и наркотики.

Для пубертатного периода (14-18 лет) характерно чувство взрослости как ощущение своей личности, развитие самосознания.

Контрольные вопросы:

1. Охарактеризуйте понятие «филогенез».
2. Охарактеризуйте подходы к пониманию того, кому присуща психика.
3. Что такое «рефлекс»?
4. Охарактеризуйте основные стадии развития психики и поведения животных.
5. Дайте характеристику понятия «онтогенез».

-
6. Что вы знаете о возрасте как характеристике онтогенетического развития?
 7. Раскройте понятие «возрастные особенности».
 8. Охарактеризуйте этапы онтогенеза психики человека.
 9. Приведите примеры возрастных периодизаций психического развития.
 10. Какова роль возрастных кризисов в психическом развитии?

4. Сознание и бессознательные явления

- 4.1. Характеристика сознания.
- 4.2. Структура и функции сознания.
- 4.3. Свойства сознания.
- 4.4. Бессознательные механизмы психики.

4.1. Характеристика сознания

Сознание – высшая, свойственная человеку форма обобщенного отражения объективных устойчивых свойств и закономерностей окружающего мира, формирования у человека внутренней модели внешнего мира, в результате чего достигается познание и преобразование окружающей действительности.

К неотъемлемым признакам сознания относятся речь, мышление и способность создавать обобщенную модель окружающего мира в виде совокупности образов и понятий.

Сознание человека – это сформированная в процессе общественной жизни высшая форма психического отражения действительности в виде обобщенной и субъективной модели окружающего мира в форме словесных понятий и чувственных образов.

Основными характеристиками сознания являются **построение отношений, познание и переживание**. Отсюда непосредственно следует включение мышления и эмоций в процессы сознания. Основной функцией мышления является выявление объективных отношений между явлениями внешнего мира, а основной функцией эмоций – формирование субъективного отношения человека к предметам, явлениям, людям. В структурах сознания синтезируются эти формы и виды отношений, и они определяют как организацию поведения, так и глубинные процессы самооценки и самосознания. Реально существуя в едином потоке сознания, образ и мысль могут, окрашиваясь эмоциями, становиться переживанием.

Сознание развивается у человека только в социальных контактах. В филогенезе сознание человека развивается и становится возможным лишь в условиях активного воздействия на природу посредством трудовой

деятельности. Сознание возможно лишь в условиях существования языка, речи, возникающей одновременно с сознанием в процессе труда. Труд сыграл важную роль в формировании сознания, поскольку он принципиально отличается от активности животных. При помощи различных действий животные только приспособляются к природе, а человек при помощи труда преобразует ее в соответствии со своими потребностями. **Труд** является специфическим, присущим только человеку видом деятельности. Для трудовой деятельности характерно:

- употребление и изготовление орудий труда, их сохранение для последующего использования;
- продуктивный характер и целенаправленность процессов труда;
- подчиненность труда представлению о продукте труда – трудовой цели, которая как закон определяет характер и способ трудовых действий;
- общественный характер труда, осуществление его в условиях совместной деятельности;
- труд направлен на преобразование внешнего мира.

Изготовление, употребление и сохранение орудий труда, разделение труда способствовали развитию абстрактного мышления, речи, языка, развитию общественно-исторических отношений между людьми.

Первичным актом сознания является *акт идентификации с символами культуры*, организующий человеческое сознание, делающий человека человеком. *Значение* – содержание общественного сознания, усваиваемое человеком, (это могут быть операционные значения, предметные, вербальные, житейские и научные значения – понятия). *Смысл* – субъективное понимание и отношение к ситуации, информации. Непонимание связано с трудностями осмысления значений. Процессы взаимной трансформации значений и смыслов (осмысление значений и обозначение смыслов) выступают средством диалога и взаимопонимания.

4.2. Структура и функции сознания.

В *структуре* сознания выделяют два слоя:

- **бытийное** сознание, включающее в себя: биодинамические свойства движений, опыт действий, чувственные образы;
- **рефлексивное** сознание, включающее в себя значение и смысл.

На бытийном слое сознания решаются очень сложные задачи, так как для эффективного в той или иной ситуации поведения необходима актуализация нужного в данный момент образа и нужной двигательной программы, то есть, образ действий должен вписываться в образ мира. Мир идей, понятий, житейских и научных знаний соотносится со значением (рефлексивного сознания). Мир производственной, предметно-практической деятельности соотносится с биодинамической тканью движения и действия (бытийного слоя сознания). Мир представлений, культурных символов и знаков соотносится с чувственной тканью (рефлексивного сознания). Эпицентром сознания является

сознание собственного «Я». Сознание рождается в бытии, отражает бытие, творит бытие.

Бытийный слой содержит в себе истоки и начала рефлексивного слоя, поскольку значения и смыслы рождаются в бытийном слое. Выраженное в слове значение содержит:

- образ;
- операционное и предметное значение;
- осмысленное и предметное действие.

В **структуру сознания** входит ряд элементов, каждый из которых отвечает за определенную функцию сознания.

1. *Познавательные процессы* (ощущение, восприятие, мышление, память и др.). На их основе формируется совокупность знаний об окружающем мире.

2. *Различение субъекта и объекта* (противопоставление себя окружающему миру, различение «Я» и «не Я»). Сюда входят самосознание, самопознание и самооценка.

3. *Отношения человека к себе и окружающему миру* (его чувства, эмоции, переживания).

4. *Креативная (творческая) составляющая* (сознание формирует новые образы и понятия, которых ранее не было в нем с помощью воображения, мышления и интуиции).

5. *Формирование временной картины мира* (память хранит образы прошлого, воображение формирует модели будущего).

6. *Формирование целей деятельности* (исходя из потребностей человека, сознание формирует цели деятельности и направляет человека на их достижение).

В целом **функции** сознания заключаются в формировании целей деятельности, в предварительном мысленном построении действий и предвидении их результатов, что обеспечивает разумное регулирование поведения и деятельности человека. Характеристика отдельных функций представлена в таблице 4.1.

Таблица 4.1. Характеристика функций сознания (Ю.Б. Щербатых)

Функция	Характеристика
Отражательная	Сознание организует познавательные процессы (восприятие, представление, мышление), а также организует память.
Оценочная	Сознание принимает участие в формировании части эмоций и большинства чувств. Человек на уровне сознания оценивает большинство событий и самого себя.
Креативная	Творчество невозможно без сознания. Многие произвольные виды воображения организуются на сознательном уровне: изобретательство, художественное

Функция	Характеристика
	творчество.
Рефлексивная	Разновидностью сознания является <i>самосознание</i> — процесс, при помощи которого человек анализирует свои мысли и поступки, наблюдает за собой, оценивает себя и т. д. Одно из значений слова «рефлексия» — это способность сознания человека сосредоточиться на самом себе. Кроме того, данным термином еще обозначается механизм взаимопонимания, то есть осмысления человеком того, как мыслят и чувствуют другие люди, с которыми он взаимодействует.
Преобразующая	Человек сознательно определяет большинство своих целей и намечает путь к их достижению. При этом он часто не ограничивается совершением мысленных операций с предметами и явлениями, а выполняет и реальные действия с ними, преобразуя окружающий мир в соответствии со своими потребностями.
Времяобразующая	Сознание отвечает за формирование целостной временной картины мира, в которой есть память о прошлом, осознание настоящего и представление о будущем. Этим сознание человека отличается от психики животных.

4.3. Свойства сознания

Свойства сознания представлены в таблице 4.2.

Таблица 4.2. Свойства сознания человека

Свойство	Описание свойства
Активность	Сознание связано с деятельностью, с активным воздействием на окружающий мир.
Избирательный характер	Сознание направлено не на весь мир в целом, а только на определенные его объекты (чаще всего связанные с какими-то нереализованными потребностями).
Обобщенность и отвлеченность	Сознание оперирует не реальными предметами и явлениями окружающего мира, а обобщенными и абстрактными понятиями, лишеными части атрибутов конкретных объектов действительности.
Целостность	Сознание психически здорового человека, как правило, обладает целостностью. В рамках данного свойства возможны внутренние конфликты ценностей или интересов. При некоторых видах психических

Свойство	Описание свойства
	заболеваний целостность сознания нарушается (шизофрения).
Константность	Относительная устойчивость, неизменчивость и преемственность сознания, определяемые памятью. Константность сознания обуславливается свойствами личности.
Динамичность	Его изменяемость и способность к непрерывному развитию, обуславливаемая кратковременными и быстро сменяющимися психическими процессами, которые могут закрепляться в состоянии и в новых свойствах личности.
Искаженность	Сознание всегда отражает действительность в искаженном виде (часть информации теряется, а другая часть искажена индивидуальными особенностями восприятия и установками личности).
Индивидуальный характер	Сознание каждого человека отличается от сознания других людей. Это связано с рядом факторов: генетическими отличиями, условиями воспитания, жизненным опытом, социальным окружением и пр.
Способность к рефлексии	Сознание обладает способностью к самонаблюдению и самооценке, а также может представлять себе, как его оценивают другие люди.

Венцом развития сознания является формирование *самосознания*, которое позволяет человеку не только отражать внешний мир, но, выделив себя в этом мире, познавать свой внутренний мир, переживать его и определенным образом к себе относиться. Осознание себя в качестве устойчивого объекта предполагает внутреннюю целостность, постоянство личности, которая, независимо от меняющихся ситуаций, способна при этом оставаться сама собой.

Главная функция самосознания – сделать для человека доступными мотивы и результаты его поступков и дать возможность понять, каков он есть на самом деле, оценить себя. Если оценка окажется неудовлетворительной, то человек может, либо заняться самоусовершенствованием, саморазвитием, либо, включив защитные механизмы, вытеснить эти неприятные сведения, избегая травмирующего влияния внутреннего конфликта.

4.4. Бессознательные механизмы психики

Сознание не является единственным уровнем, на котором представлены психические процессы, свойства и состояния человека. Далеко не все, что

воспринимается человеком и оказывает влияние на принятие решений, им осознается. Кроме сознания у человека есть и *сфера бессознательного*.

Бессознательное начало представлено практически во всех психических процессах, состояниях и свойствах человека. У человека есть бессознательная память, бессознательное мышление, бессознательная мотивация, бессознательные ощущения и тому подобное.

Бессознательное - это те явления, процессы, свойства и состояния, которые оказывают влияние на поведение человека, но не осознаются им

Бессознательные явления можно разделить на пять основных типов, каждый из которых имеет собственные механизмы образования и функционирования.

Таблица 4.3. Типы бессознательных явлений

Тип	Сущность	Примеры
Предсознание	Информация, которая не дошла до сознания	Слабые подпороговые ощущения и подсознательная память
Автоматизированные процессы	Автоматизированные двигательные навыки (то, что раньше осознавалось, но потом перешло в подкорковые структуры).	Плавание, вязание, вождение автомобиля, работа с клавиатурой компьютера и пр.
	Навязчивые привычки	Навязчивые действия: жесты, ритуалы, движения
	Неосознаваемые сложные двигательные акты	Сомнамбулизм («лунатизм»)
Бессознательные явления личности	Неосознанные генетические программы (инстинкты).	Половое влечение — либидо
	Негативные явления, вытесненные из сознания.	Обиды, оскорбления и пр.
	Неосознанные «случайные» действия	Описки, оговорки
	Неосознанные программы поведения, установленные другими людьми	Родительские программы, внушение и гипноз, идеологические установки, реклама
Особые психические состояния	Психические состояния, характеризующиеся ослабленным контролем сознания	Сон, гипноз, транс, аффект
Надсознательные процессы	Высокоэффективные неосознаваемые мыслительные процессы	Интуиция, творческое озарение

Соотношение сознания и бессознательного было впервые рассмотрено З. Фрейдом. По его мнению, ошибки не являются случайными нарушениями письменной или устной речи, в них проявляются скрытые для человека мотивы, переживания или мысли. Ошибки возникают в результате столкновения бессознательных намерений человека с четко осознаваемой целью действия. Это неосознаваемое противоречие между скрытым мотивом и целью. Ошибка есть результат преобладания бессознательного над сознательным, результат «противодействия двух различных намерений».

Забывание имен, фактов, событий связано с какими-то неосознаваемыми человеком отрицательными эмоциями, неприятными чувствами, которые когда-то возникли у него по отношению к человеку с этим именем, к тому или иному событию или факту.

Сновидения и грезы, по Фрейду, свидетельствуют о бессознательных желаниях, чувствах, намерениях человека, его неудовлетворенных или не вполне удовлетворенных жизненных потребностях. Для расшифровки сновидений Фрейд предложил специальный метод, который называется *психоанализом*.

Согласно концепции З. Фрейда, психика человека состоит из трех компонентов: огромного темного бессознательного, которое никогда не будет до конца познано человеком («Оно», или «Ид»), из осознаваемого, рационального компонента («Я», или «Эго») и социального цензора («Сверх Я», или «Супер Эго»).

Графически модель психики человека согласно воззрениям Зигмунда Фрейда изображена на рис. 4.1., а функции компонентов психики раскрыты в табл. 4.4.

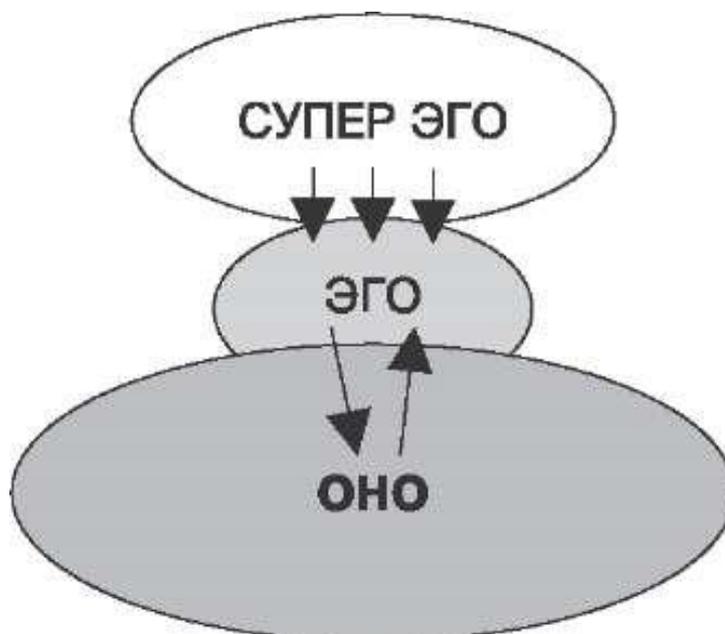


Рис. 4.1. Трехкомпонентная модель психики по З. Фрейду

Таблица 4.4. Функции компонентов психики по З. Фрейду

Компонент психики	Содержание	Функции	Основной принцип	Происхождение
Бессознательное («Оно», «Ид»)	Здесь локализованы инстинкты (в первую очередь сексуальный и агрессивный)	Контакт с этой частью своей психики человек может осуществлять во время сна, медитации, гипноза и во время некоторых других формах измененного сознания	Принцип удовольствия	Наиболее древняя основа психики, в которой господствуют первичные потребности
«Я» («Эго»)	Представление человека о себе. В этой части сознания человек «находится» большую часть времени. Здесь располагаются мысли, планы, чувства, оценки	Руководит контактом с реальностью (при этом может как приспособливаться к реальности, так и менять ее), осуществляет связь с бессознательным, например, вытесняя психотравмирующие ситуации в область бессознательного (защитная функция). Оказание сопротивления бессознательному, чтобы не пропустить его в высшие этажи психики	Принцип целесообразности (биологической реальности)	Результат формирования психики человека в процессе деятельности, активного взаимодействия человека с окружающим миром и обществом
«Сверх Я» («Супер Эго»)	Совесть человека, его внутренний сторож	Надзор за действиями и мыслями человека изнутри сознания, формирование внутренней критики	Принцип социальной реальности	Является видоизмененным родительским авторитетом, сублимацией строгого, но справедливого отца, который в детстве следил за ребенком, контролировал его поступки и наказывал за нарушение правил

Вопрос о соотношении сознательного и бессознательного остается до сих пор одним из сложнейших вопросов психологии и не имеет однозначного решения.

Контрольные вопросы:

1. Раскройте понятие и структуру сознания.
2. Охарактеризуйте бытийный слой сознания.
3. Что включает в себя рефлексивное сознание?
4. В чем заключаются функции сознания?
5. Каковы основные свойства сознания?
6. Какова роль труда в развитии сознания?
7. Охарактеризуйте понятие «самосознания».
8. Дайте характеристику бессознательного.
9. Раскройте соотношение сознательного и бессознательного.
10. Охарактеризуйте типы бессознательных явлений.
11. Каковы основные положения концепции Зигмунда Фрейда о трехуровневом строении психики человека?
12. Охарактеризуйте компоненты психики по З. Фрейду.

МОДУЛЬ 2. Психические процессы и состояния

5. Ощущение и восприятие

- 5.1. Физиологические основы ощущений.
- 5.2. Классификация ощущений.
- 5.3. Свойства и характеристики ощущений.
- 5.4. Пороги ощущений.
- 5.5. Восприятие и его свойства.
- 5.6. Классификации видов восприятия

5.1. Физиологические основы ощущений

Ощущение – простейший психический процесс, состоящий в отражении отдельных свойств предметов и явлений при их непосредственном воздействии на соответствующие рецепторы.

Процесс ощущения возникает вследствие воздействия на рецепторы различных материальных факторов, которые называются **раздражителями**, а сам процесс этого воздействия –

раздражением. В свою очередь, раздражение вызывает еще один процесс – **возбуждение**, которое по центроостремительным, или афферентным, нервам переходит в кору головного мозга, где и возникают ощущения.

Рецепторы – это чувствительные нервные образования, которые воспринимают воздействие внешней или внутренней среды и кодируют его в виде набора электрических сигналов, поступающих в мозг, который их расшифровывает.

Часть рецепторов человека объединена в более сложные образования – **органы чувств**: орган зрения – глаз, орган слуха – ухо, орган обоняния – нос, орган вкуса – язык, орган равновесия – вестибулярный аппарат. Некоторые рецепторы не объединяются в один орган, а расположены по поверхности всего тела. Это рецепторы температурной, болевой и тактильной чувствительности. Большое количество рецепторов находится внутри тела: рецепторы давления, химического чувства и т. д. Например, рецепторы, чувствительные к содержанию глюкозы в крови, обеспечивают возникновение чувства голода.

Суть **ощущения** как простейшего психического процесса состоит в отражении отдельных свойств предмета. Физиологической основой ощущений является деятельность сложных комплексов анатомических структур, названных И.П. Павловым **анализаторами**. Строение анализатора представлено на рисунке 5.1.

**Ощущение является
чувственным отображением
объективной реальности.**

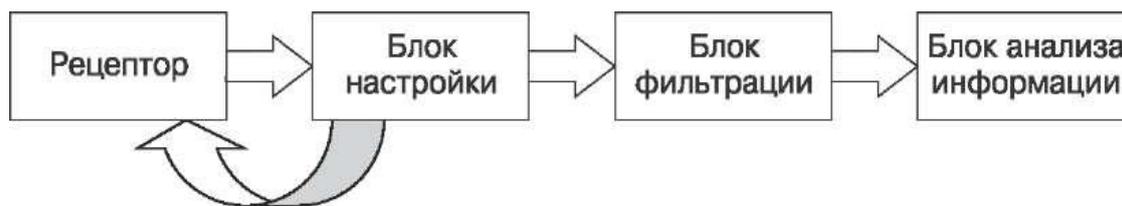


Рис. 5.1. Схема строения анализатора

Связь между всеми блоками осуществляет *проводниковый отдел*, представляющий собой «электрический кабель», проводящий электрические импульсы.

Анализатор — это активный орган, рефлекторно перестраивающийся под воздействием раздражителей, поэтому ощущение не является пассивным процессом, оно всегда включает в себя двигательные компоненты.

Основные анализаторы человека представлены на рисунке 5.2.



Рис. 5.2. Основные анализаторы человека

Ощущения связывают человека с внешним миром и являются как основным источником информации о нем, так и основным условием психического развития.

5.2. Классификации ощущений

Существуют различные подходы к **классификации** ощущений. Издавна принято различать пять (по количеству органов чувств) основных видов ощущений: *обоняние, вкус, осязание, зрение и слух*. Эта классификация ощущений по основным модальностям является правильной, хотя и не исчерпывающей. Б.Г. Ананьев говорил об одиннадцати видах ощущений. А.Р. Лурия считает, что классификация ощущений может быть проведена по крайней мере по двум основным принципам – систематическому и генетическому (иначе говоря, по принципу модальности, с одной стороны, и по принципу сложности или уровня их построения – с другой).

Английский физиолог Ч. Шеррингтон, рассматривая наиболее крупные и существенные группы ощущений, разделил их на три основных типа: *интероцептивные, проприоцептивные и экстероцептивные* (рис. 5.3).

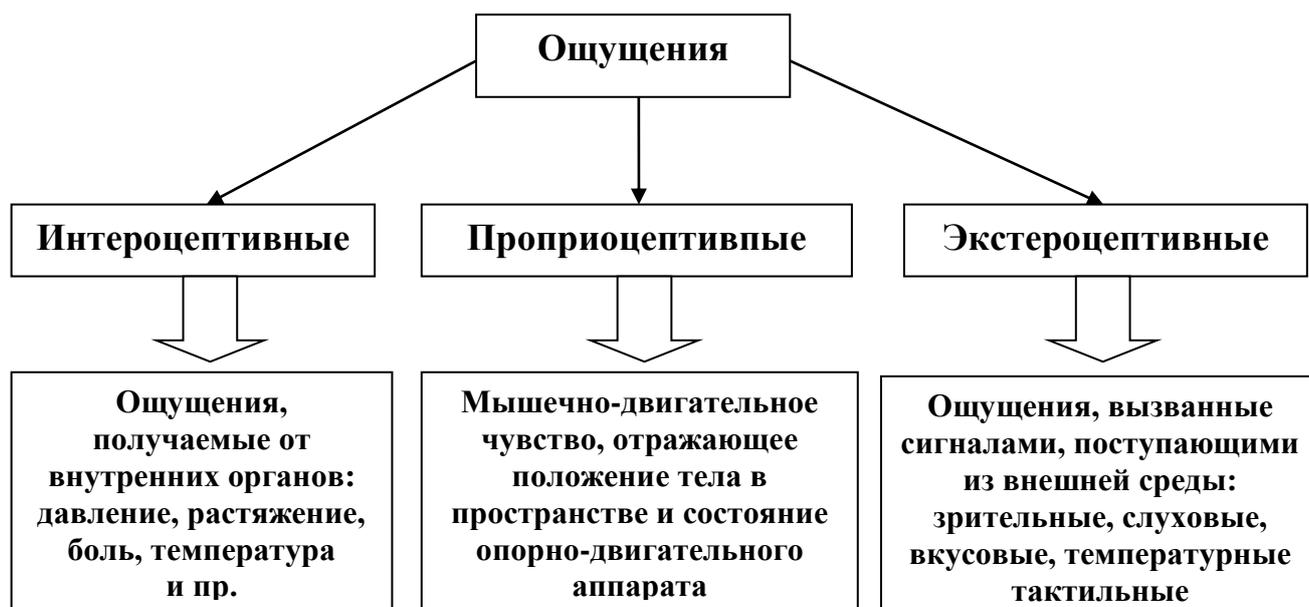


Рис. 5.3. Разновидности ощущений человека

Интероцептивные ощущения, сигнализирующие о состоянии внутренних процессов организма, возникают благодаря рецепторам, находящимся на стенках желудка и кишечника, сердца и кровеносной системы и других внутренних органов. Это наиболее древняя и наиболее элементарная группа ощущений. Рецепторы, воспринимающие информацию о состоянии внутренних органов, мышц и т. д., называются *внутренними рецепторами*. Также интероцептивные ощущения часто называют *органическими*.

Проприоцептивные ощущения передают сигналы о положении тела в пространстве и составляют афферентную основу движений человека, играя решающую роль в их регуляции. Описываемая группа ощущений включает ощущение равновесия, или статическое ощущение, а также двигательное, или кинестетическое, ощущение. Периферические рецепторы проприоцептивной чувствительности находятся в мышцах и суставах (сухожилиях, связках) и называются тельцами Паччини. Периферические рецепторы ощущения равновесия расположены в полукружных каналах внутреннего уха.

Экстероцептивные ощущения доводят до человека информацию из внешнего мира и являются основной группой ощущений, связывающей человека с внешней средой. Вся группу экстероцептивных ощущений принято условно разделять на две подгруппы: *контактные* и *дистантные* ощущения.

Контактные ощущения вызываются непосредственным воздействием объекта на органы чувств. Примерами контактного ощущения являются вкус и осязание. **Дистантные** ощущения отражают качества объектов, находящихся на некотором расстоянии от органов чувств. К таким ощущениям относятся слух и зрение. Следует отметить, что обоняние, по мнению многих авторов, занимает промежуточное положение между контактными и дистантными ощущениями, поскольку формально обонятельные ощущения возникают на расстоянии от предмета, но, в то же время молекулы, характеризующие запах

предмета, с которыми происходит контакт обонятельного рецептора принадлежат данному предмету. В этом и заключается двойственность положения, занимаемого обонянием в классификации ощущений.

Поскольку ощущение возникает в результате воздействия определенного физического раздражителя на соответствующий рецептор, то первичная классификация ощущений, рассмотренная нами, исходит, естественно, из типа рецептора, который дает ощущение данного качества, или «*модальности*». Однако существуют ощущения, которые не могут быть связаны с какой-либо определенной модальностью. Такие ощущения называют *интермодальными*. К ним относится, например, вибрационная чувствительность, которая связывает тактильно-моторную сферу со слуховой.

Ощущение вибрации – это чувствительность к колебаниям, вызываемым движущимся телом. Особое практическое значение вибрационная чувствительность приобретает при поражениях зрения и слуха. В жизни глухих и слепоглухонемых она играет большую роль. Следовательно, ощущения, являясь самым простым видом психических процессов, на самом деле весьма сложны и в полной мере не изучены.

5.3. Свойства и характеристики ощущений

К основным **свойствам и характеристикам** ощущений относят: *качество, интенсивность, продолжительность и пространственную локализацию, абсолютный и относительный пороги ощущений, сенсорную адаптацию, сенсбилизацию и синестезию.*

Качество – это свойство, характеризующее основную информацию, отображаемую данным ощущением, отличающую его от других видов ощущений и варьирующую в пределах данного вида ощущений. Например, вкусовые ощущения предоставляют информацию о некоторых химических характеристиках предмета: сладкий или кислый, горький или соленый. Обоняние тоже предоставляет нам информацию о химических характеристиках объекта, но другого рода: цветочный запах, запах миндаля, запах сероводорода и др.

Интенсивность ощущения является его количественной характеристикой и зависит от силы действующего раздражителя и функционального состояния рецептора, определяющего степень готовности рецептора выполнять свои функции. Например, если у вас насморк, то интенсивность воспринимаемых запахов может быть искажена.

Длительность ощущения – это временная характеристика возникшего ощущения. Ощущение не возникает одновременно с началом действия раздражителя и не исчезает одновременно с прекращением его действия. Эта инерция ощущений проявляется в так называемом последействии. Зрительное ощущение, например, обладает некоторой инерцией и исчезает не сразу после прекращения действия вызвавшего его раздражителя. След от раздражителя

остается в виде последовательного образа. Различают положительные и отрицательные последовательные образы.

Сенсорной адаптацией называется изменение чувствительности, происходящее вследствие приспособления органа чувств к действующим на него раздражителям.

Повышение чувствительности в результате взаимодействия анализаторов или упражнения называется **сенсibiliзацией**. Взаимодействие ощущений обнаруживается в явлении, называемом **синестезией** – возникновении под влиянием раздражения одного анализатора ощущения, характерного для других анализаторов.

Положительный последовательный образ соответствует первоначальному раздражению, состоит в сохранении следа раздражения того же качества, что и действующий раздражитель.

Отрицательный последовательный образ заключается в возникновении качества ощущения, противоположного качеству воздействовавшего раздражителя. Например, свет-темнота, тяжесть-легкость, тепло-холод и др. Возникновение отрицательных последовательных образов объясняется уменьшением чувствительности данного рецептора к определенному воздействию.

Для ощущений характерна **пространственная локализация** раздражителя. Анализ, осуществляемый рецепторами, дает нам сведения о локализации раздражителя в пространстве, то есть мы можем сказать, откуда падает свет, идет тепло или на какой участок тела воздействует раздражитель.

5.4. Пороги ощущений

Важное значение имеют количественные параметры основных характеристик ощущений, иначе говоря, **степень чувствительности**. Различают два вида чувствительности: **абсолютную** и **относительную** (чувствительность к различию).

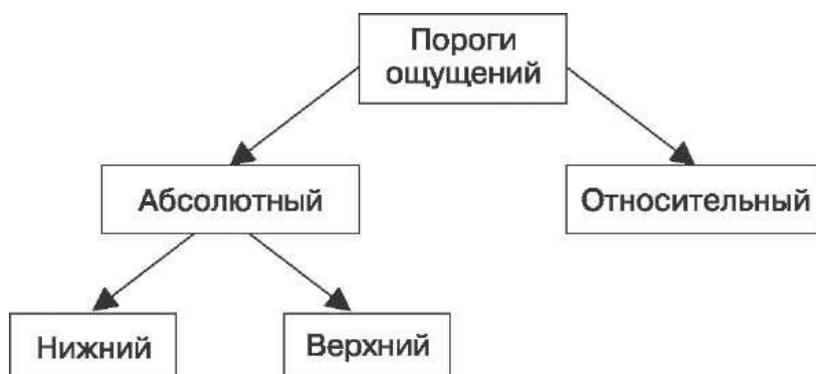


Рис. 5.4. Пороги ощущений

Под **абсолютной чувствительностью** подразумевают способность ощущать самые слабые и самые сильные раздражители. Минимальная величина

раздражителя, при котором впервые возникает ощущение, называется **нижним абсолютным порогом ощущения**. Раздражители, имеющие силу менее пороговой, не вызывают ощущений. Они называются **подпороговыми** и не осознаются, однако могут проникать в подсознание, определяя поведение человека, а также составляя основу его *сновидений, интуиции, неосознанных влечений*. Исследования психологов показывают, что подсознание человека может реагировать на очень слабые или очень короткие раздражители, которые не воспринимаются сознанием.

Верхний абсолютный порог чувствительности меняет сам характер ощущений (чаще всего – на болевой). Например, при постепенном увеличении температуры воды человек начинает воспринимать не тепло, а уже боль. То же самое происходит при сильном звуке или давлении на кожу.

Относительной чувствительностью (или чувствительностью к различию) называют способность ощущать слабые различия между раздражителями. Соответственно, **относительным порогом** (порогом различения) называют минимальное изменение интенсивности раздражителя, вызывающее изменения в ощущениях.

Начало изучению порогов ощущений было положено немецким физиком, психологом и философом Г.Т. Фехнером. По его мнению, процесс создания психического образа может быть представлен следующей схемой: Раздражение (физика) —> Возбуждение (физиология) —> Ощущение (психология) —> Суждение (логика).

Согласно **закону Вебера-Фехнера**, если интенсивность раздражений увеличивается в геометрической прогрессии, то ощущения будут расти в арифметической прогрессии. Главный смысл данной закономерности заключается в том, что интенсивность ощущений возрастает не пропорционально изменению раздражителей, а гораздо медленнее.

5.5. Восприятие и его свойства

Если в результате ощущения человек получает знания об отдельных свойствах, качествах предмета (гладкий, горячее, красная, громко), то восприятие дает целостный образ предмета.

В процессе восприятия происходит синтез отдельных ощущений в сложные комплексные системы, в результате чего формируются *перцептивные образы*. Всякий перцептивный образ является результатом анализа

Восприятие - целостное отражение предметов и явлений в совокупности их свойств и частей при их непосредственном воздействии на органы чувств

целого ряда ощущений, так как любой предмет или явление обладают многими и различными свойствами, каждое из которых способно независимо от других свойств вызвать ощущение.

К основным **свойствам** восприятия относят *предметность, целостность, структурность, константность, апперцепцию, активность, осмысленность*.

Предметность восприятия – это способность отражать объекты и явления реального мира не в виде набора не связанных друг с другом ощущений, а в форме отдельных предметов.

Другим свойством восприятия является **целостность**. В отличие от ощущения, отражающего отдельные свойства предмета, восприятие дает целостный образ предмета. Он складывается на основе обобщения получаемой в виде различных ощущений информации об отдельных свойствах и качествах предмета.

С целостностью восприятия связана его **структурность**. Восприятие доводит до нашего сознания структуру предмета или явления, с которым мы столкнулись в реальном мире.

Константностью восприятия называется относительное постоянство некоторых свойств предметов при изменении условий их восприятия.

Особенности восприятия определяются всем предшествующим практическим и жизненным опытом человека, поскольку процесс восприятия неотделим от деятельности. Зависимость восприятия от общего содержания нашей прошлой психической жизни называется **апперцепцией**.

Активность (или избирательность) восприятия заключается в том, что в любой момент времени мы воспринимаем только один предмет или конкретную группу предметов, в то время как остальные объекты реального мира являются фоном нашего восприятия, т. е. не отражаются в нашем сознании.

Следующим свойством восприятия является его **осмысленность**. Хотя восприятие возникает при непосредственном действии раздражителя на органы чувств, перцептивные образы всегда имеют определенное смысловое значение.

5.6. Классификации видов восприятия

Существуют три основные **классификации** процессов восприятия: *по ведущей модальности, по степени волевого контроля и по форме существования материи*. В основе классификации **по ведущей модальности** лежат различия в анализаторах, участвующих в восприятии (рис. 5.5).

По степени волевого контроля восприятие делится на *преднамеренное* и *непреднамеренное*. В основе **преднамеренного восприятия** лежит сознательно поставленная цель, оно связано с волевыми усилиями человека и может существовать в форме организованного восприятия (наблюдения), целенаправленного и планомерного восприятия предметов и явлений окружающего мира. При **непреднамеренном восприятии** предметы

окружающей действительности воспринимаются без специально поставленной задачи, процесс восприятия не связан с волевыми усилиями, протекает в форме неорганизованного, спонтанного восприятия окружающей действительности.

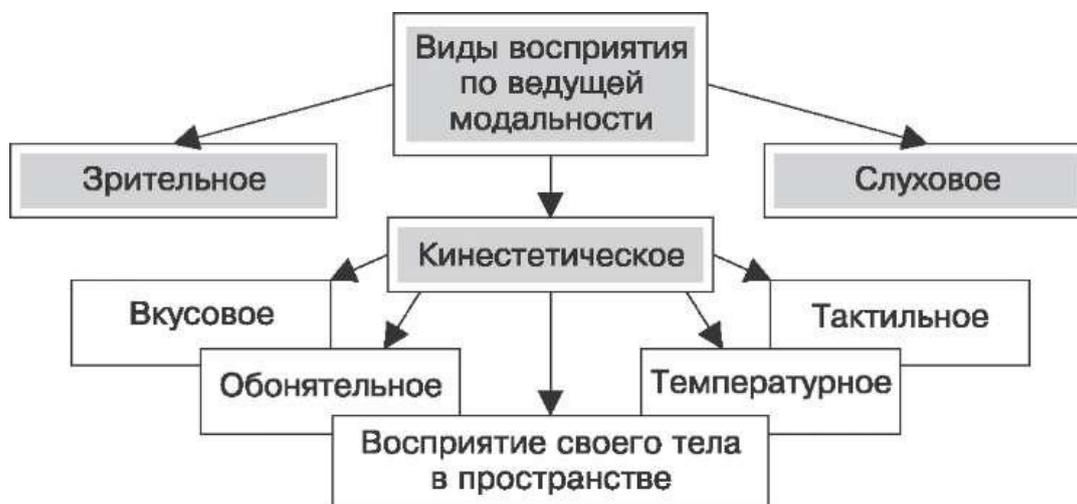


Рис. 5.5. Классификация видов восприятия по ведущей модальности

Основой другого типа классификации являются **формы существования материи**: пространство, время и движение. В соответствии с этой классификацией выделяют *восприятие пространства, восприятие времени и восприятие движения*.

Пространственные свойства присущи всем предметам, равно как временные особенности характерны для каждого явления или события. К пространственным свойствам предмета относятся: **величина, форма, положение в пространстве**. Очень сложен процесс восприятия объемной формы. Мы воспринимаем **объем формы** потому, что человеческие глаза обладают способностью бинокулярного зрения, при котором смещение изображений на сетчатке глаз вызывает впечатление одного, но объемного, рельефного предмета.

Восприятие **движения** осуществляется благодаря очень сложному механизму. Если предмет движется в пространстве, то мы воспринимаем его движение вследствие того, что он выходит из области наилучшего видения и этим заставляет нас передвигать глаза или голову, чтобы вновь фиксировать на нем взгляд. При этом происходят два явления. Во-первых, смещение объекта по отношению к положению нашего тела указывает нам на его передвижение в пространстве. Во-вторых, мозг фиксирует движение глаз, следящих за предметом.

Наиболее элементарными формами восприятия **времени** являются процессы восприятия *длительности* и *последовательности*, в основе которых лежат элементарные ритмические явления, известные под названием «биологических часов». С другой стороны, мы воспринимаем время при выполнении какой-либо работы, то есть когда происходят определенные нервные процессы, обеспечивающие нашу работу. В исследовании восприятия времени необходимо учитывать два основных аспекта: восприятие временной

длительности и восприятие временной последовательности. Оценка длительности времени зависит и от эмоциональных переживаний. Если события вызывают положительное отношение к себе, то время кажется быстро идущим. И наоборот, негативные переживания удлиняют временной отрезок.

Контрольные вопросы:

1. Что такое «ощущение»? Каковы основные характеристики данного психического процесса?
2. Какую роль играют раздражение и возбуждение в возникновении ощущений?
3. Раскройте психофизиологический механизм возникновения ощущений.
4. Что такое «анализатор», «рецептор»?
5. Охарактеризуйте основные виды ощущений.
6. Соотнесите понятия «интероцептивные», «проприоцептивные» и «экстероцептивные ощущения», раскройте их сущность.
7. Расскажите об основных свойствах ощущений.
8. Что вы знаете об абсолютном и относительном порогах ощущений?
9. Расскажите об основном психофизическом законе (Закон Вебера-Фехнера).
10. Охарактеризуйте восприятие как познавательный психический процесс.
11. Охарактеризуйте основные свойства восприятия.
12. Какие вы знаете классификации форм восприятия?
13. Представьте классификацию видов восприятия по ведущей модальности.
14. Охарактеризуйте виды восприятия по степени волевого контроля.
15. Охарактеризуйте и раскройте механизмы восприятия пространства, движения, времени.
16. В чем заключается взаимосвязь ощущения и восприятия?

6. Внимание и память

- 6.1. Психологическая характеристика внимания.
- 6.2. Классификации видов внимания.
- 6.3. Основные свойства внимания.
- 6.4. Этапы развития внимания.
- 6.5. Характеристика мнемических процессов.
- 6.6. Свойства памяти.
- 6.7. Классификация видов памяти.
- 6.8. Закономерности работы памяти.
- 6.9. Правила тренировки памяти.

6.1. Психологическая характеристика внимания

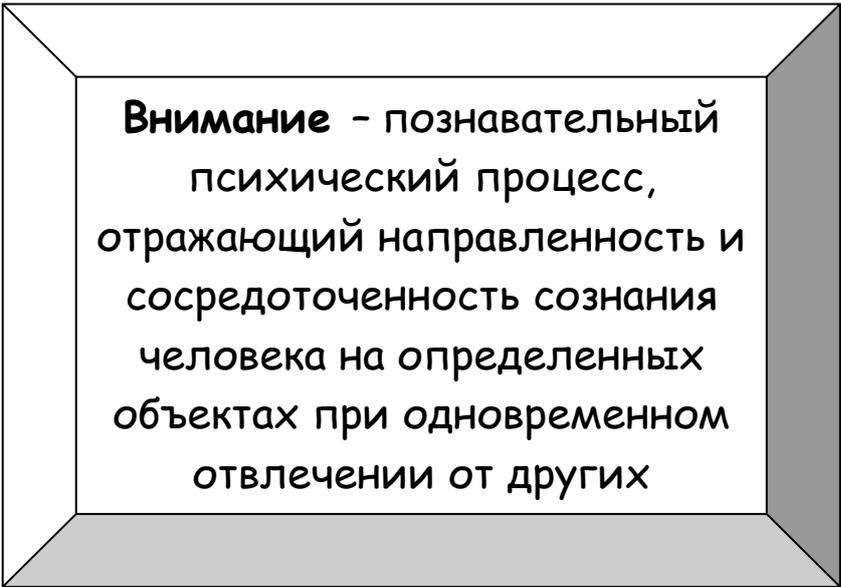
Направленность и сосредоточенность психической деятельности на определенных предметах и явлениях, обеспечивающая их особо ясное отражение, называется **вниманием**.

Направленность психической деятельности подразумевает ее избирательный характер, то есть выделение из окружения значимых для субъекта конкретных предметов, явлений или выбор определенного рода психической деятельности.

Н.Н. Ланге, анализируя наиболее известные подходы к пониманию природы внимания, объединил существующие теории и концепции внимания в несколько групп.

1. *Внимание как результат двигательного приспособления.* Поскольку человек может произвольно переносить внимание с одного предмета на другой, то внимание невозможно без мышечных движений. Именно мышечные движения обеспечивают приспособление органов чувств к условиям наилучшего восприятия.

2. *Внимание как результат ограниченности объема сознания.* Не объясняя, что понимается под объемом сознания, И. Герберт и У. Гамильтон считают, что более интенсивные представления в состоянии вытеснить или подавить менее интенсивные.



Внимание - познавательный психический процесс, отражающий направленность и сосредоточенность сознания человека на определенных объектах при одновременном отвлечении от других

3. *Внимание как результат эмоции.* Эта теория получила наибольшее признание в английской ассоциационной психологии. Она основывается на утверждении о зависимости внимания от эмоциональной окраски представления. Например, достаточно хорошо известно следующее высказывание представителя данной точки зрения Дж. Миля: «Иметь приятное или тягостное ощущение или идею и быть к ним внимательным – это одно и то же».

4. *Внимание как результат апперцепции,* то есть как результат жизненного опыта индивида.

5. *Внимание как особая активная способность духа.* Сторонники данной позиции принимают внимание за первичную и активную способность, происхождение которой необъяснимо.

6. *Внимание как усиление нервной раздражительности.* Согласно данной гипотезе, внимание обусловлено увеличением местной раздражительности центральной нервной системы.

7. *Теория нервного подавления* пытается объяснить основной факт внимания – преобладание одного представления над другими – тем, что один физиологический нервный процесс задерживает или подавляет другие физиологические процессы, результатом чего является факт особой концентрации сознания.

Выделяют следующие **основные функции внимания:**

- обеспечение отбора поступающей в организм информации в соответствии с его актуальными потребностями;
- обеспечение избирательной и длительной сосредоточенности психической активности на одном объекте или виде деятельности;
- активизация нужных и торможение ненужных в данный момент психических процессов.

6.2. Классификации видов внимания

Существует несколько подходов к **классификации видов внимания:** исходя из ведущего анализатора, по направленности на различные объекты, по главной форме деятельности, в которой участвует внимание, по степени волевого контроля. Основные виды внимания, различаемые в соответствии с этими подходами, показаны в таблице 6.1.

Таблица 6.1. Классификации видов внимания

По форме деятельности	По ведущему анализатору	По направленности	По степени волевого контроля
Сенсорно-перцептивное	Зрительное	Внешнее	Непроизвольное
Интеллектуальное	Слуховое	Внутреннее	Произвольное

По форме деятельности	По ведущему анализатору	По направленности	По степени волевого контроля
Двигательное	Кинестетическое и др.	Пограничное (с кожи и слизистых оболочек)	Послепроизвольное

По форме деятельности. *Сенсорно-перцептивное внимание* реализуется через работу органов чувств, например, фиксация вратаря на перемещении мяча по полю или внимание человека, слушающего музыку.

Интеллектуальное внимание активизируется при решении мыслительных процессов.

Двигательное внимание важно при контроле над работой мышечной системы, например, у спортсмена при выполнении сложных движений.

Некоторые виды деятельности требуют комбинированного внимания. Так, у хирурга при выполнении сложной операции активизируются все три вида внимания.

По ведущему анализатору различают *зрительное, слуховое, кинестетическое, вкусовое, обонятельное* и другие виды внимания. Например, у зрителя, который смотрит балет, активны зрительное и слуховое внимание, а у сомелье – преимущественно обонятельное и вкусовое.

По направленности различают *внешнее*, направленное на внешний мир, *внутреннее*, направленное на ощущения, приходящие внутри тела, и *пограничное* внимание, направленное на оценку ощущений с поверхности тела (кожи и слизистых оболочек).

По степени волевого контроля различают *непроизвольное, произвольное* и *послепроизвольное* внимание. *Непроизвольное внимание* является наиболее простым видом внимания. Его часто называют пассивным, или вынужденным, так как оно возникает и поддерживается независимо от сознания человека. Обычно при возникновении непроизвольного внимания мы имеем дело с целым комплексом причин, в который входят различные физические, психофизиологические и психические причины, в том числе особенности раздражителя (сила, громкость, яркость и пр.), связь между объектом и потребностями человека.

Произвольное внимание тесно связано с волей человека, управляется сознательной целью, поэтому его также называют волевым, активным, преднамеренным. Человек концентрирует внимание на объекте, даже если он ему не интересен, но нужен для достижения цели. Так, продавец должен оказывать внимание каждому человеку, зашедшему в магазин, потому что любой из них может оказаться потенциальным покупателем и приобрести товар. Данный вид внимания может быть усилен за счет ряда факторов: включения в процесс внимания практических действий и удаления отвлекающих раздражителей.

Послепроизвольное внимание занимает промежуточный характер: сначала оно требует волевых усилий, а затем, по мере того как человек начинает интересоваться процессом, за которым наблюдает, переходит в непроизвольное.

6.3. Основные свойства внимания

Внимание обладает рядом свойств, которые характеризуют его как самостоятельный психический процесс. К основным свойствам внимания относятся устойчивость, концентрация, распределение, переключение, отвлекаемость и объем внимания (рис. 6.1, табл. 6.2).

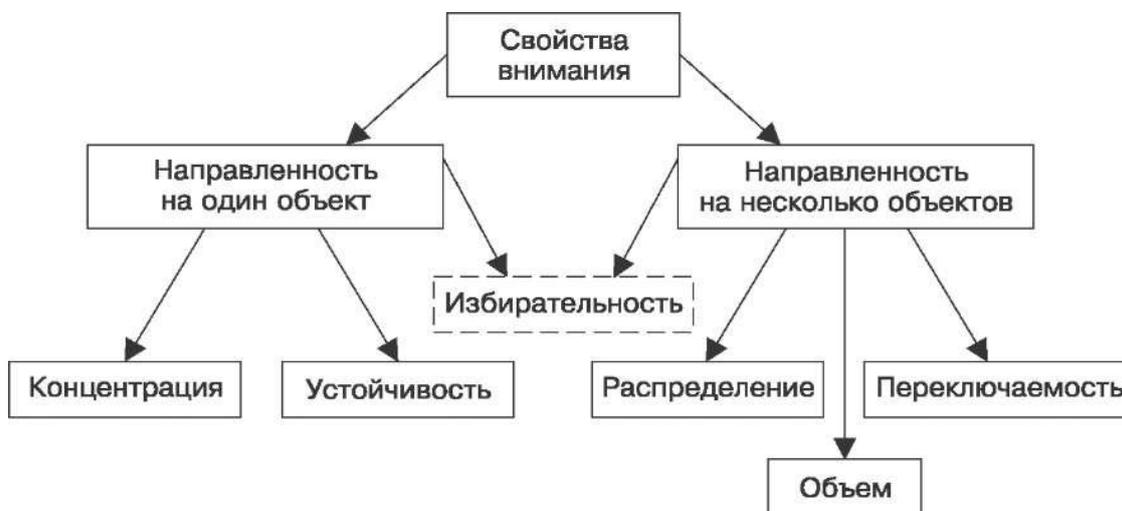


Рис. 6.1. Свойства внимания

Таблица 6.2. Характеристика свойств внимания

Свойство внимания	Характеристика свойств внимания
Концентрация	Степень или интенсивность сосредоточенности внимания
Устойчивость	Способность определенное время сосредоточиваться на одном и том же объекте
Избирательность	Возможность успешной настройки внимания на сознательное восприятие информации при наличии помех
Распределение	Способность человека выполнять несколько видов деятельности одновременно
Переключаемость	Сознательное и осмысленное перемещение внимания с одного объекта на другой
Отвлекаемость	Непроизвольное перемещение внимания с одного объекта на другой
Объем	Количество объектов, которые мы можем охватить с достаточной ясностью одновременно

6.4. Этапы развития внимания

Этапы развития внимания у детей представлены в таблице 6.3.

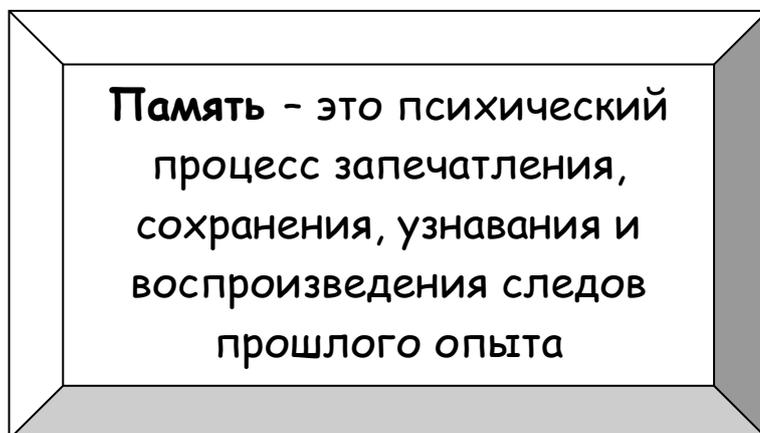
Таблица 6.3. Этапы развития внимания у детей

Возраст	Этапы развития внимания
Первые недели-месяцы жизни	Появление ориентировочного рефлекса – объективного признака непроизвольного внимания ребенка
Конец первого года жизни	Возникновение ориентировочно-исследовательской деятельности как средства будущего развития произвольного внимания
Начало второго года жизни	Обнаружение зачатков произвольного внимания под влиянием речевых инструкций взрослого, направление взгляда на названный взрослым предмет
Второй-третий год жизни	Достаточно хорошее развитие указанной выше формы произвольного внимания
Четыре-пять лет	Появление способности направлять внимание под влиянием сложной инструкции взрослого
Пять-шесть лет	Возникновение элементарной формы произвольного внимания под влиянием самоинструкции (с опорой на внешние вспомогательные средства)
Школьный возраст	Дальнейшее развитие и совершенствование произвольного внимания, включая волевое

6.5. Характеристика мнемических процессов

К мнемическим процессам относятся частные процессы, связанных друг с другом и составляющие сложный психический процесс памяти: *запоминание, сохранение, узнавание, воспроизведение*. Соответственно, под **памятью** принято понимать запечатление, сохранение, последующее узнавание и воспроизведение следов прошлого опыта. Именно благодаря памяти человек в состоянии накапливать информацию, не теряя прежних знаний и навыков.

Запоминание – это процесс запечатления и последующего сохранения воспринятой информации. По степени активности протекания этого процесса принято выделять два вида запоминания: *непреднамеренное (или непроизвольное)* и *преднамеренное (или произвольное)*.



Непреднамеренное (непроизвольное) запоминание – это запоминание без заранее поставленной цели, без использования каких-либо приемов и проявления волевых усилий. **Преднамеренное (произвольное) запоминание** характеризуется тем, что человек ставит перед собой определенную цель – запомнить некую информацию и использует специальные приемы запоминания.

Всю информацию, которая была воспринята, мы не только запоминаем, но и сохраняем определенное время. **Сохранение** может быть *динамическим* и *статическим*. **Динамическое сохранение** проявляется в оперативной памяти, а **статическое** – в долговременной. Реконструкция материала, сохраняемого долговременной памятью, происходит, прежде всего, под влиянием новой информации, непрерывно поступающей от наших органов чувств. Реконструкция проявляется в различных формах, например в исчезновении некоторых менее существенных деталей и замене их другими деталями, в изменении последовательности материала, в степени его обобщения.

Извлечение материала из памяти осуществляется с помощью процессов воспроизведения и узнавания.

Воспроизведение – это процесс воссоздания образа предмета, воспринимаемого ранее, но не в данный момент. Осуществляется без воздействия на рецепторы сигналов внешней среды и происходит уже после восприятия.

Узнавание какого-либо объекта происходит в момент его восприятия, причем информация о данном объекте уже была ранее введена в мозг человека. Представление об этом объекте могло сформироваться или на основе личных впечатлений, или на основе словесных описаний.

Еще один процесс, связанный с памятью, но противоположный ей по результату, — **забывание**, которое выражается в невозможности восстановить ранее воспринятую информацию. Физиологической основой забывания являются процессы торможения в коре больших полушарий, мешающие актуализации временных нервных связей. Это так называемое *угасательное торможение*, которое развивается при отсутствии подкрепления. Возможны и другие виды забывания, вызванные травмой, некоторыми химическими веществами или психическими заболеваниями. Забывание проявляется в двух основных формах: невозможности что-то вспомнить или узнать и в форме неверного припоминания или узнавания.

6.6. Свойства памяти

Основными **свойствами памяти** являются: объем, быстрота запечатления, точность воспроизведения, прочность или длительность сохранения, готовность к использованию сохраненной информации.

Таблица 6.4. Характеристика свойств памяти

Свойство памяти	Характеристика свойств памяти
Объем памяти	Важнейшая интегральная характеристика памяти, которая характеризует возможности запоминания и сохранения информации. В качестве показателя используют количество хранящейся в памяти информации.
Быстрота запечатления	Скорость обработки и использования информации.
Точность воспроизведения	Способность человека точно сохранять и воспроизводить запечатленную в памяти информацию.
Длительность (прочность)	Способность человека удерживать определенное время необходимую информацию, то есть время хранения информации до ее забывания.
Готовность к использованию сохраненной информации	Способность человека использовать в практической деятельности имеющуюся у него информацию.

6.7. Классификация видов памяти

Существует несколько подходов в классификации памяти (табл. 6.5).

По характеру психической активности. В *образной памяти* хранятся различные образы: зрительные представления, звуки, запахи. Соответственно выделяют отдельно зрительную, слуховую, обонятельную, тактильную, вкусовую и другие виды памяти.

Таблица 6.5. Классификация видов памяти

По характеру психической активности	По продолжительности сохранения материала	По способу заучивания	По степени волевого контроля
Образная	Мгновенная	Механическая	Произвольная
Эмоциональная	Кратковременная		
Двигательная	Оперативная	Смысловая	Непроизвольная
Словесно-логическая	Долговременная		

По характеру психической активности. В *образной памяти* хранятся различные образы: зрительные представления, звуки, запахи. Соответственно выделяют отдельно зрительную, слуховую, обонятельную, тактильную, вкусовую и другие виды памяти.

Эмоциональная память содержит воспоминания о чувствах и эмоциях, которые когда-то переживал человек.

Двигательная (или моторная) память лежит в основе запоминания и воспроизведения движений, является основой для формирования навыков ходьбы, письма, езды на велосипеде, игры на музыкальных инструментах, различных практических и трудовых навыков.

Словесно-логическая память содержит информацию не в виде образов, а в виде словесных понятий (в том числе абстрактно-логических) или чисел. Выражается в запоминании и воспроизведении наших мыслей, смысла изложения, его логики, соотношения между элементами информации, получаемой в словесной или числовой форме.

По продолжительности сохранения материала. *Мгновенная память* определяется процессами, происходящими в периферическом отделе анализатора (в рецепторах). Информация там хранится очень недолго – от долей до нескольких секунд. Этот процесс лежит в основе деятельности кино и телевидения: мы видим не одно непрерывное изображение, а череду неподвижных картинок; каждое последующее изображение накладывается на память о предыдущем, в результате чего создается иллюзия движения.

В основе *кратковременной памяти* лежит циклическое вращение импульсов в нейронных цепях. Электрический сигнал, попавший в такую ловушку, может какое-то время циркулировать в ней, пока его не сотрет следующий импульс. Длительность хранения информации здесь – от нескольких секунд до нескольких минут. Объем кратковременной памяти – 7 ± 2 единиц информации. Если человеку приходится запоминать массу информации, он может укрупнять единицы информации объединять в блоки, расширяя таким образом емкость своей памяти.

Понятием *оперативная память* обозначают мнемические процессы, обслуживающие непосредственно осуществляемые человеком актуальные действия, операции. Когда мы выполняем какое-либо сложное действие, например арифметическое, то осуществляем его по частям. При этом мы удерживаем «в уме» некоторые промежуточные результаты до тех пор, пока имеем с ними дело. При этом осуществляется переход информации из кратковременной в оперативную память (консолидация). Этому процессу способствуют следующие условия: неоднократное повторение информации, важность информации для субъекта, яркость и необычность информации, наличие эмоций, связанных с информацией. В оперативной памяти информация хранится от нескольких минут до нескольких часов (зависит от задачи, стоящей перед человеком). По прошествии суток часть информации из оперативной памяти переходит в долговременную память, а другая часть стирается. Логическая обработка информации, поступившей за день, происходит во время

«медленного» сна, а перевод ее в долговременную память – во время «быстрого» сна.

Долговременная память может хранить информацию сколь угодно долго, даже на протяжении всей жизни человека. В настоящее время имеется гипотеза, что функционирование информации в этом виде памяти связано с изменением структуры нервных клеток и их электрических контактов – синапсов.

Таблица 6.6. Временные характеристики видов памяти по продолжительности

Вид памяти	Продолжительность
Мгновенная	От долей до нескольких секунд
Кратковременная	От нескольких секунд до нескольких минут
Оперативная	От нескольких минут до нескольких часов
Долговременная	Как угодно долго, иногда на протяжении всей жизни человека

В зависимости от **способов заучивания** различают *механическую* (путем многократного повторения в той форме, в которой она воспринимается, без ее преобразования и анализа) и *смысловую память* (запоминание не внешней формы, а смысла изучаемой информации, которая анализируется, связывается с уже имеющейся информацией и по-новому структурируется).

По участию воли в процессе запоминания. Термин «*произвольная память*» подразумевает случаи, когда перед человеком стоит задача запомнить ту или иную информацию и человек прилагает определенные волевые усилия для реализации данной задачи.

Термином «*непроизвольная память*» обозначают процесс запоминания, который происходит без всяких усилий, автоматически. Этот вид запоминания характерен для сильных или необычных сигналов внешней среды, вызывающих эмоции и чувства.

6.8. Закономерности работы памяти

На эффективность запоминания оказывают влияние субъективные и объективные факторы. *Субъективные* связаны с особенностями человека как субъекта, запоминающего информацию. К *объективным* факторам относятся особенности запоминаемого материала.

Таблица 6.7. Факторы, влияющие на продуктивность памяти

Субъективные	Объективные
Функциональное состояние	Количество информации
Мотивация	Наглядность
Активность	Степень структурированности
Установки	Осмысленность
Ведущий тип памяти	Яркость
Степень известности материала для человека	

Закономерности работы памяти, обнаруженные Г. Эббингаузом

При запоминании материала лучше всего воспроизводится его начало и конец. Это явление получило название «эффект края».

Запоминание идет лучше, если дважды повторить материал: сначала через несколько часов, а второй раз – через несколько дней.

Установка на использование материала в дальнейшем ведет к его лучшему запоминанию.

Чем проще событие и чем больше эмоций оно вызвало, тем более сильный след оно оставит в памяти. Сложная информация, а также события, не вызвавшие эмоции у человека, плохо запоминаются и быстро забываются.

Редкие, странные и необычные события запоминаются лучше, чем привычные и часто встречающиеся.

Память о тех или иных событиях постепенно меняется, так как эта информация вступает в связь с новой поступающей информацией и подвергается изменениям.

Потеря и восстановление памяти происходят по одному принципу: при потере памяти сначала теряются более сложные и недавние события, а при восстановлении памяти, наоборот, сначала восстанавливаются более простые и старые воспоминания, и только потом – более сложные и недавние.

6.9. Правила тренировки памяти

1. При запоминании желательно использовать не один анализатор, а комплекс их (зрительный + слуховой), добавляя к этому комплексу логику.

2. Нужно получить глубокое, точное, яркое впечатление о том, что необходимо запомнить. Прежде чем запоминать что-то, нужно ясно и четко представить себе и осознать данное явление.

3. Для лучшего запоминания материала рекомендуется повторять его незадолго до отхода ко сну. В этом случае запоминаемое лучше отложится в памяти, поскольку не будет смешиваться с другими впечатлениями, которые в

течение дня обычно накладываются друг на друга и тем самым мешают запоминанию.

4. Чем больше объем информации, тем больше потребуется повторений для запоминания. Поэтому объемный материал запоминается легче, если его разбить на части.

5. Повторение подряд заучиваемого материала менее продуктивно для его запоминания, чем распределение таких повторений в течение определенного периода времени. Первое повторение следует проводить не позже, чем через несколько часов после первого восприятия информации, а следующее – не позже, чем через 1-2 суток после первого запоминания.

6. Один из способов запомнить факт – это ассоциировать его с каким-либо другим фактом или явлением. Ассоциация может быть образной, логической или эмоциональной.

Контрольные вопросы:

1. Дайте характеристику внимания как психического процесса.
2. Раскройте основные подходы к пониманию природы внимания.
3. Какие вы знаете виды внимания?
4. Охарактеризуйте классификацию видов внимания по форме деятельности.
5. Охарактеризуйте классификацию видов внимания по ведущему анализатору.
6. Охарактеризуйте классификацию видов внимания по направленности.
7. Охарактеризуйте классификацию видов внимания по степени волевого контроля.
8. Соотнесите понятия сенсорно-перцептивного, интеллектуального и двигательного внимания.
9. Охарактеризуйте внешнее, внутреннее и пограничное внимание.
10. Дайте характеристику непроизвольного и произвольного внимания.
11. Что вы знаете о слепопроизвольном внимании?
12. Назовите основные свойства внимания и раскройте их суть.
13. Охарактеризуйте этапы развития внимания у детей.
14. Дайте определение памяти.
15. Перечислите и охарактеризуйте мнемические процессы.
16. Какие вы знаете классификации памяти?
17. Раскройте классификацию видов памяти по характеру психической активности.
18. Охарактеризуйте непроизвольную и произвольную память.
19. Соотнесите понятия мгновенной, кратковременной, долговременной и оперативной памяти.
20. Охарактеризуйте виды памяти по способу заучивания.
21. Перечислите свойства памяти и раскройте их суть.
22. Перечислите факторы, влияющие на продуктивность памяти.
23. Опишите закономерности работы памяти, обнаруженные Г. Эббингаузом.
24. Перечислите правила тренировки памяти.

7. Мышление и речь. Интеллект.

- 7.1. Мышление и его свойства.
- 7.2. Виды и формы мышления.
- 7.3. Развитие мышления в процессе онтогенеза.
- 7.4. Творчество как психический процесс.
- 7.5. Патологические нарушения мышления.
- 7.6. Взаимосвязь мышления и речи.
- 7.7. Виды речи.

7.1. Мышление и его свойства

Мышление является высшим познавательным психическим процессом, суть которого заключается в порождении нового знания на основе творческого отражения и преобразования человеком действительности.

Специфические качества мышления как психического процесса представлены в таблице 7.1.

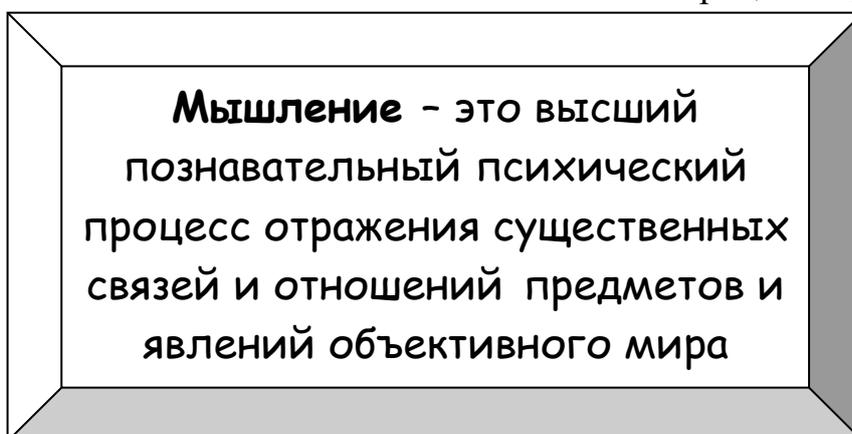


Таблица 7.1. Основные качества (свойства) мышления

Свойство мышления	Содержание свойства мышления
Быстрота	Способность находить правильные решения в условиях дефицита времени
Гибкость	Умение изменять намеченный план действий, при изменении обстановки или изменении критериев правильного решения
Глубина	Степень проникновения в сущность изучаемого явления, способность выявлять существенные логические связи между компонентами задачи
Комплексный характер	Оптимальное сочетание абстрактно-логического и образного мышления
Критичность	Способность находить недостатки в собственном мыслительном процессе или способность адекватно реагировать на критику своего мышления со стороны

Свойство мышления	Содержание свойства мышления
Самостоятельность	Умение собственными силами разглядеть проблемную ситуацию и разрешить ее своим оригинальным способом, не поддаваясь влиянию стереотипов и авторитетов
Целенаправленность	Способность не отклоняться в сторону от намеченной цели в процессе мышления
Широта	Способность интегрировать знания из различных областей человеческой деятельности
Интуитивный характер	Способность решать задачи при недостатке исходных данных
Экономичность	Число логических ходов (рассуждений), посредством которых усваивается новая закономерность

Главными особенностями протекания процесса мышления являются:

1. Обобщенное и опосредованное отражение действительности.
2. Связь с практической деятельностью.
3. Неразрывная связь с речью.
4. Наличие проблемной ситуации и отсутствие готового ответа.

Обобщенное отражение действительности означает, что в процессе мышления мы обращаемся к тому общему, что объединяет сходный ряд предметов и явлений. Например, когда мы говорим о мебели, то подразумеваем под этим словом столы, стулья, диваны, кресла, шкафы и т. д. *Опосредованное отражение* действительности можно увидеть на примере арифметической задачи на сложение нескольких яблок или на определение скорости двух поездов, движущихся навстречу друг другу. «Яблоки», «поезда» – это лишь символы, условные образы, за которыми вовсе не должны стоять конкретные фрукты или составы.

Мышление возникает на основе *практической деятельности*, из чувственного познания, но выходит далеко за его пределы. В свою очередь, его правильность проверяется в ходе практики.

Мышление имеет место только тогда, когда имеется *проблемная ситуация*. Если же можно обойтись старыми способами действия, то мышление не требуется.

Совокупность мыслительных способностей человека, обеспечивающих успех его познавательной

Интеллект - совокупность умственных способностей человека, обеспечивающих успех его познавательной деятельности

деятельности, называют *интеллектом*. В широком смысле под этим термином понимают совокупность всех познавательных функций индивида (восприятие, память, воображение, мышление), а в узком – его мыслительные способности.

При исследовании интеллекта в психологии встречается три подхода:

1. интеллектуальные способности являются врожденными;
2. интеллектуальные способности развиваются в процессе индивидуального развития;
3. врожденные интеллектуальные способности развиваются в процессе онтогенетического развития.

7.2. Виды и формы мышления

По характеру решаемых задач мышление подразделяют на *теоретическое* и *практическое*. В теоретическом мышлении выделяют *понятийное* и *образное* мышление, а в практическом – *наглядно-образное* и *наглядно-действенное*.

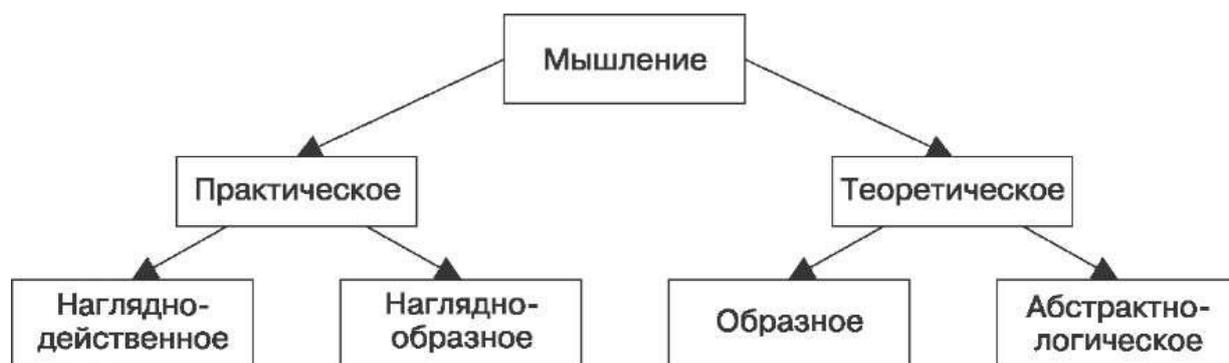


Рис. 7.1. Виды мышления

Наглядно-действенное мышление — это вид мышления, суть которого заключается в практической преобразовательной деятельности, осуществляемой с реальными предметами. Этот вид мышления широко представлен у людей, занятых производственным трудом, результатом которого является создание какого-либо материального продукта. Это первый способ мышления ребенка (1-3 лет). Маленькие дети познают окружающий мир и делают первые выводы о его устройстве, пробуя предметы руками, разбирая их и ломая.

Наглядно-образное мышление – это вид мыслительного процесса, который осуществляется при непосредственном восприятии окружающей действительности в виде наглядных образов и представлений (зрительных, слуховых, тактильных). Мысля наглядно-образно, мы привязаны к действительности, а необходимые образы представлены в кратковременной и оперативной памяти. То есть это мышление опирается на практическую реальность, но уже может создавать и хранить образы, не имеющие прямого аналога в ощущениях (сказочные персонажи). Данная форма мышления

является доминирующей у детей дошкольного и младшего школьного, но сохраняется и у взрослых людей.

Образное мышление – это вид мыслительного процесса, в котором используются образы, которые извлекаются непосредственно из памяти или воссоздаются воображением. Образное мышление наиболее развито у художников, дизайнеров, рекламщиков, портных, парикмахеров, архитекторов и других специалистов, основой работы которых являются не понятия, а зрительные образы (у музыкантов – слуховые образы). В формировании и преобразовании образов используются словесные и других знаковые конструкции, а также отвлеченные понятия.

Абстрактно-логическое (словесно-логическое, понятийное) мышление – это вид мышления, осуществляемый при помощи логических операций с понятиями, символами, цифрами, не имея дела с опытом, полученным при помощи органов чувств. Решая те или иные умственные задачи, мы пользуемся готовыми знаниями, полученными другими людьми и выраженными в форме понятий, суждений, умозаключений.

Следует отметить, что понятийное и образное мышление, являясь разновидностями теоретического мышления, на практике находятся в постоянном взаимодействии. Таким образом, понятийное и образное мышление дополняют друг друга и обеспечивают глубокое и разностороннее отражение действительности.

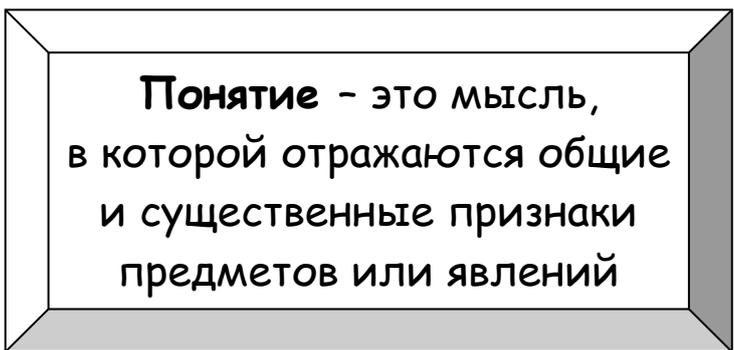
Все эти виды мышления могут рассматриваться и как уровни его развития. Теоретическое мышление считается более совершенным, чем практическое, а понятийное представляет собой более высокий уровень развития, чем образное.

Основными формами мышления являются *понятия, суждения и умозаключения.*

В основе понятий лежат наши знания об этих предметах и явлениях. Принято различать *общие* и *единичные* понятия.

Общими понятиями называют те, которые охватывают целый класс однородных предметов или явлений, носящих одно и то же название. Например, понятия «стул», «здание», «болезнь», «человек» и др. В общих понятиях отражаются признаки, свойственные всем предметам, которые объединены соответствующим понятием.

Единичными называются понятия, обозначающие какой-либо один предмет или явление. Например, «Иртыш», «Сатурн», «Краснодар» и др. Единичные понятия представляют собой совокупность знаний о каком-либо одном предмете, однако при этом отражают свойства, которые могут быть



охвачены другим, более общим понятием. Например, в понятие «Енисей» входит то, что это река, которая течет по территории России.

Одним из наиболее важных аспектов усвоения понятия является его **осознание**. Иногда, используя понятие, мы до конца не осознаем его смысл. Поэтому осознание понятия может рассматриваться как наивысшая ступень в формировании понятий, как звено, соединяющее **понятие** и **понимание**.

Содержание понятий раскрывается в *суждениях*.

Виды суждений представлены на рисунке 7.2.



Рис. 7.2. Виды суждений

Примеры суждений:

- *истинное*: «Диплом о высшем образовании выдается студенту после нескольких лет успешного обучения в вузе»;

- *ложное*: «Диплом о высшем образовании выдается ученику после окончания учебы в средней школе»;

- *общее*: «Все студенты сдают экзамены»;

- *частное*: «Некоторые студенты пропускают занятия без уважительной причины»;

- *единичное*: «Студент Иван Разгильдяев дважды провалил экзамен по экономической теории».

Из двух или более суждений можно построить следующую по сложности форму мышления – *умозаключение*.

Суждение - это форма мышления, отражающая связи между предметами и явлениями или между их свойствами и признаками

Умозаключение опирается на понятия и суждения и чаще всего используется в процессах теоретического мышления.

К основным видам умозаключения относятся:

- индуктивное;
- дедуктивное;
- по аналогии;
- предположение.

Индукция – это

переход от частных случаев к общему положению, которое охватывает собой частные случаи, то есть **индуктивным** называется такое умозаключение, в котором рассуждение идет от единичных фактов к общему выводу.

Дедукция – это переход от общего положения к частному случаю. Соответственно, **дедуктивным** называется такое умозаключение, в котором рассуждение осуществляется в порядке, обратном индукции, то есть от общих фактов к единичному выводу.

Аналогией называется такое умозаключение, в котором вывод делается на основании частичного сходства между явлениями, без достаточного исследования всех условий.

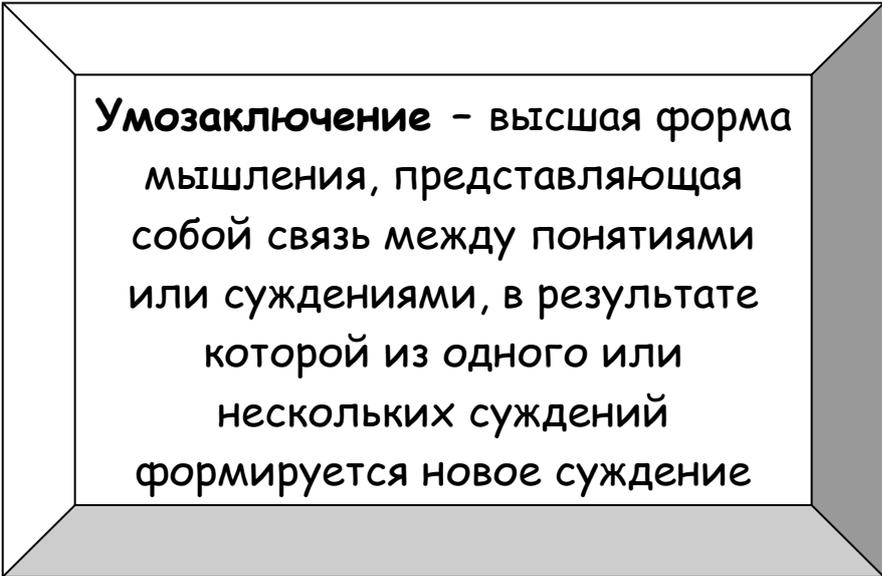
Предположение – это умозаключение, которое строится на косвенной информации и догадках, когда нет всех необходимых для правильного решения мыслительной задачи знаний или достаточной информации.

К основным видам умственных операций относятся: *сравнение и обобщение, анализ и синтез, абстракция и конкретизация.*

Операция установления сходства и различия между предметами и явлениями реального мира называется **сравнением**. Когда мы смотрим на два предмета, мы всегда замечаем, в чем они похожи или в чем они различаются. **Обобщение** – мысленное объединение предметов и явлений по их общим и существенным признакам. Результатом сравнения и обобщения является классификация.

Анализ – это мысленное расчленение чего-либо на части или мысленное выделение отдельных свойств предмета. **Синтез** – это мысленное соединение частей предметов или явлений в одно целое, а также мысленное сочетание отдельных их свойств.

Абстракция (абстрагирование) – это мысленное отвлечение от отдельных частей или свойств предмета для выделения его существенных признаков. Суть абстракции как мыслительной операции состоит в том, что, воспринимая какой-либо предмет и выделяя в нем определенную часть, мы



Умозаключение – высшая форма мышления, представляющая собой связь между понятиями или суждениями, в результате которой из одного или нескольких суждений формируется новое суждение

должны рассматривать выделенную часть или свойство независимо от других частей и свойств данного предмета.

Конкретизация – это выделение у предмета или явления характерных именно для него черт, не связанных с чертами, общими для класса предмета или явления.

7.3. Развитие мышления в процессе онтогенеза

В развитии мыслительных операций у детей Ж. Пиаже выделял четыре стадии. Они представлены в таблице 7.2.

Таблица 7.2. Стадии развития мышления по Ж. Пиаже

№	Стадия	Возраст	Содержание стадии развития мышления
1	Стадия сенсомоторного интеллекта	1-2 года	Развитие способности воспринимать и познавать предметы реального мира, составляющие окружение ребенка. К концу стадии ребенок становится субъектом – выделяет себя из окружающего мира, осознает свое «Я», отмечаются первые признаки волевого управления своим поведением, ребенок начинает познавать самого себя.
2	Стадия операционального мышления	2-7 лет	Развитие речи, активизация процесса интериоризации внешних действий с предметами, формирование наглядных представлений. Развитие эгоцентризма мышления (трудность принятия позиций других людей). Ошибочная классификация предметов из-за использования случайных или второстепенных признаков.
3	Стадия конкретных операций	От 7-8 до 11-12 лет	Возможность давать логические объяснения своим действиям, переходить с одной точки зрения на другую, способность объединять предметы в классы. Умственные операции становятся обратимыми.
4	Стадия формальных операций	От 11-15 и далее	Способность выполнять операции в уме с использованием логических рассуждений и абстрактных понятий. Отдельные умственные операции превращаются в единую структуру целого.

По мнению П.Я. Гальперина, процесс формирования умственных действий проходит пять этапов (табл. 7.3).

Таблица 7.3. Стадии развития мышления по П.Я. Гальперину

№	Этап	Характеристика этапа
1	Формирование ориентировочной основы будущего действия	Основной функцией данного этапа является ознакомление на практике с составом будущего действия, а также с требованиями, которым в конечном итоге это действие должно соответствовать.
2	Формирование умственного действия	Данный этап связан с практическим освоением умственного действия, которое осуществляется с использованием предметов.
3	Освоение заданного действия без опоры на реальные предметы	Перенесение действия из внешнего, наглядно-образного плана во внутренний и речевой план. Главная особенность этапа – использование внешней речи в качестве заменителя манипулирования реальными предметами, речевое выполнение определенного предметного действия, а не его озвучивание.
4	Освоение умственного действия без внешней речи	Осуществляется перенос внешнеречевого выполнения действия целиком во внутреннюю речь. Конкретное действие выполняется «про себя».
5	Внутренний план умственного действия	Действие выполняется полностью во внутреннем плане, с сокращениями и преобразованиями, с последующим уходом выполнения данного действия из сферы сознания (постоянного контроля над его выполнением) в сферу интеллектуальных умений и навыков.

7.4. Творчество как психический процесс

Творчество как процесс возможно только при наличии способности к творческому мышлению – *креативности*.

Можно выделить двенадцать параметров креативности. Чем больше этих факторов имеется у того или иного человека, тем выше уровень его креативности.

1. Чувствительность ко всему новому.
2. Способность к обнаружению и постановке проблем.
3. Способность к генерированию большого числа идей.

-
4. Гибкость ума — способность оперативно менять подходы к решению проблемы, что позволяет быстро перебирать различные варианты действий.
 5. Оригинальность — способность к нестандартным ответам.
 6. Стремление совершенствовать объекты, добавляя к ним детали.
 7. Способность к анализу и синтезу.
 8. Способность к действиям в уме.
 9. Смелость — способность идти на разумный риск.
 10. Готовность преодолевать препятствия.
 11. Готовность противостоять мнению окружающих.
 12. Толерантность к ситуациям неопределенности.

7.5. Патологические нарушения мышления

К патологическим нарушениям мышления относится *олигофрения* – недоразвитие сложных форм психической деятельности в результате патологической наследственности или органического поражения центральной нервной системы во внутриутробном периоде. При этом наблюдается нарушение равновесия между возбуждением и торможением в коре головного мозга, недоразвито наглядно-образное и словесно-логическое мышление.

По степени *недостаточности интеллекта* различают три группы олигофрении.

1. *Дебильность* – человек владеет элементарными навыками письма, счета и может овладевать простыми профессиями.
2. *Имбецильность* – имеются элементы речи, но запас слов мал, произношение неправильно, познавательная деятельность крайне мала.
3. *Идиотия* – наиболее глубокое нарушение психического развития.

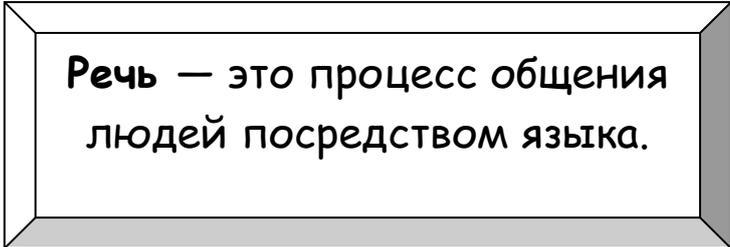
7.6. Взаимосвязь мышления и речи

Мышление *неразрывно связано с речью*. Оно оперирует понятиями, которые по своей форме являются словами, а по сути – результатом мыслительных операций. В свою очередь, в результате мышления может происходить уточнение словесных понятий. Мысли облакаются в речевую форму даже в тех случаях, когда речь не имеет звуковой формы, например в случае с глухонемыми людьми. Мы не можем мыслить, не произнося слова. Так, специальные приборы регистрации мышечных сокращений отмечают во время протекания у человека мыслительного процесса наличие незаметных для самого человека движений голосового аппарата. То есть речь является обязательным орудием мышления.

Л.С. Выготский показал значение слова для психического развития человека и его сознания. Согласно его теории знаков, на более высоких ступенях развития наглядно-образное мышление превращается в словесно-

логическое благодаря слову, которое обобщает в себе все признаки конкретного предмета. Слово является тем «знаком», который позволяет развиваться человеческому мышлению до уровня абстрактного мышления. Однако слово — это также средство общения, поэтому оно входит в состав речи. При этом специфической особенностью слова является то, что, будучи лишенным значения, слово уже не относится ни к мысли, ни к речи, но, приобретая свое значение, оно сразу же становится органической частью того и другого. Учитывая данную особенность слова, Л.С. Выготский считал, что именно в значении слова заключается единство речи и мышления. При этом высший уровень такого единства — речевое мышление.

Мышление и речь имеют разные генетические корни. Первоначально они развивались отдельно. Исходной функцией речи была коммуникация, а сама речь как средство общения возникла из-за необходимости организовать совместную деятельность людей. Таким образом, речь и мышление составляют друг с другом сложное единство.



Речь — это процесс общения людей посредством языка.

Язык — это система условных символов, с помощью которых передаются сочетания звуков, имеющих для людей определенное значение и смысл.

Язык — система знаков, включающая слова с их значениями и синтаксис — набор правил, по которым строятся предложения. Слово является разновидностью знака, поскольку последние присутствуют в различного рода формализованных языках.

Объективным свойством словесного знака, обуславливающим нашу теоретическую деятельность, является **значение слова**, которое представляет собой отношение знака (в данном случае слова) к обозначаемому в реальной действительности объекту независимо от того, как он представлен в индивидуальном сознании.

В отличие от значения слова **личностный смысл** — это отражение в индивидуальном сознании того места, которое занимает данный предмет (явление) в системе деятельности человека. Если значение объединяет социально значимые признаки слова, то личностный смысл — это субъективное переживание его содержания.

Основные функции языка:

- 1) средство существования, передачи и усвоения общественно-исторического опыта;
- 2) средство общения (коммуникации);
- 3) орудие интеллектуальной деятельности (восприятия, памяти, мышления, воображения).

Выполняя первую функцию, язык служит средством кодирования информации об изученных свойствах предметов и явлений. Посредством языка информация об окружающем мире и самом человеке, полученная

предшествующими поколениями, становится достоянием последующих поколений.

Выполняя функцию средства общения, язык позволяет оказывать воздействие на собеседника – прямое (если мы прямо указываем на то, что надо сделать) или косвенное (если мы сообщаем ему сведения, важные для его деятельности, на которые он будет ориентироваться немедленно или в другое время в соответствующей ситуации).

Функция языка в качестве орудия интеллектуальной деятельности связана прежде всего с тем, что человек, выполняя любую деятельность, сознательно планирует свои действия. Язык является основным орудием планирования интеллектуальной деятельности, да и вообще решения мыслительных задач.

Речь – это язык в действии. Речь имеет следующие **функции**:

- 1) *сигнификативную* (обозначения);
- 2) *обобщения*;
- 3) *коммуникации* (передачи знаний, отношений, чувств).

Сигнификативная функция отличает речь человека от коммуникации животных. У человека со словом связано представление о предмете или явлении. Взаимопонимание в процессе общения основано, таким образом, на единстве обозначения предметов и явлений воспринимающим и говорящим.

Функция обобщения связана с тем, что слово обозначает не только отдельный, данный предмет, но целую группу сходных предметов и всегда является носителем их существенных признаков.

Третья функция речи – **функция коммуникации**, т.е. передачи информации. Если первые две функции речи могут быть рассмотрены как внутренняя психическая деятельность, то коммуникативная функция выступает как внешнее речевое поведение, направленное на контакты с другими людьми.

В коммуникативной функции речи выделяют три стороны: *информационную, выразительную и волеизлиятельную*.

Информационная сторона проявляется в передаче знаний и тесно связана с функциями обозначения и обобщения.

Выразительная сторона речи помогает передать чувства и отношения говорящего к предмету сообщения.

Волеизлиятельная сторона направлена на то, чтобы подчинить слушателя замыслу говорящего.

7.7. Виды речи

В психологии различают два основных вида речи: *внешнюю* и *внутреннюю*. Внешняя речь включает *устную* (*диалог, полилог и монолог*) и *письменную* (рис. 7.3).

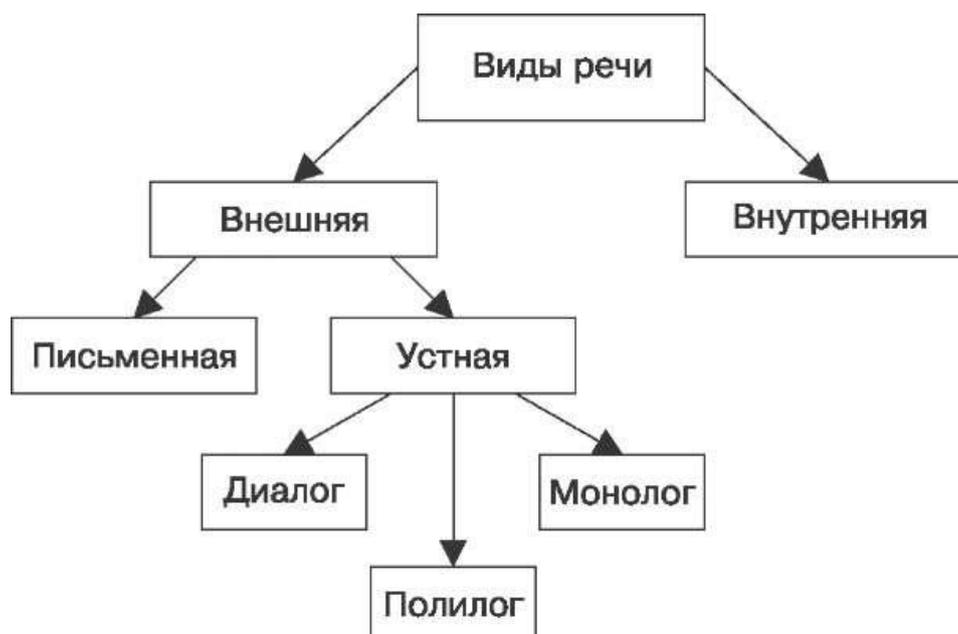


Рис. 7.3. Виды речи

Диалогическая речь – это речь поддерживаемая; собеседник ставит в ходе нее уточняющие вопросы, подавая реплики, может помочь закончить мысль (или переориентировать ее). Разновидностью диалогического общения является **беседа**, при которой диалог имеет тематическую направленность.

Полилог – это непосредственное общение нескольких человек.

Монологическая речь – длительное, последовательное, связное изложение системы мыслей, знаний одним лицом. Монолог не терпит неправильного построения фраз. Он предъявляет ряд требований к темпу и звучанию речи.

Письменная речь представляет собой разновидность монологической речи. Она более развернута, чем устная монологическая речь. Это обусловлено тем, что письменная речь предполагает отсутствие обратной связи с собеседником. Кроме того, письменная речь не имеет никаких дополнительных средств воздействия на воспринимающего, кроме самих слов, их порядка и организующих предложение знаков препинания.

Внутренняя речь – это особый вид речевой деятельности. Она выступает как фаза планирования в практической и теоретической деятельности.

Перевод внешней речи во внутреннюю (**интериоризация**) сопровождается редуцированием (сокращением) структуры внешней речи, а переход от внутренней речи к внешней (**экстериоризация**) требует, наоборот, развертывания структуры внутренней речи, построения ее в соответствии не только с логическими правилами, но и грамматическими.

Основные свойства речи представлены на рисунке 7.4.



Рис. 7.4. Основные свойства речи

Содержательность (информативность) речи зависит, прежде всего, от ценности сообщаемых в ней фактов и от способности ее автора к сообщению.

Понятность речи зависит, во-первых, от ее смыслового содержания, во-вторых, от ее языковых особенностей и, в-третьих, от соотношения между ее сложностью с одной стороны, и уровнем развития, кругом знаний и интересов слушателей – с другой.

Выразительность речи предполагает учет обстановки выступления, ясность и отчетливость произношения, правильную интонацию, умение пользоваться словами и выражениями переносного и образного значения.

Контрольные вопросы:

1. Дайте определение мышления.
2. В чем выражается взаимосвязь мышления и речи?
3. Охарактеризуйте понятийное и образное мышление.
4. Соотнесите типы мышления: наглядно-образное, наглядно-действенное и словесно-логическое.
5. Перечислите основные формы мышления.
6. Что вы знаете о понятии? Расскажите об общих и единичных понятиях.
7. Охарактеризуйте такую форму мышления, как суждение.
8. Расскажите об умозаключении как высшей форме мышления.
9. Охарактеризуйте понятие «интеллект».
10. Какие виды умственных операций вам известны?
11. Что вы знаете о сравнении как операции мышления?
12. Соотнесите понятия анализа, синтеза и обобщения.
13. Дайте характеристику абстракции и конкретизации.
14. Что вы знаете об индукции и дедукции?
15. Охарактеризуйте основные этапы развития мышления.
16. Перечислите параметры креативности как способности к творческому мышлению.
17. Охарактеризуйте патологические нарушения мышления.
18. Дайте общую характеристику речи и языка.
19. Перечислите функции языка.
20. Охарактеризуйте язык как средство существования, передачи и усвоения общественно-исторического опыта.

-
21. Дайте функциональную характеристику языка как средства общения.
 22. Охарактеризуйте функцию языка в качестве орудия интеллектуальной деятельности.
 23. Перечислите и охарактеризуйте функции речи.
 24. Раскройте информационную, выразительную и волеизъявительную стороны коммуникативной функции речи.
 25. Перечислите виды речевой деятельности в их взаимосвязи.
 26. Соотнесите виды внешней речи.
 27. Охарактеризуйте внутреннюю речь.
 28. Перечислите основные свойства речи и раскройте их суть.

8. Воображение

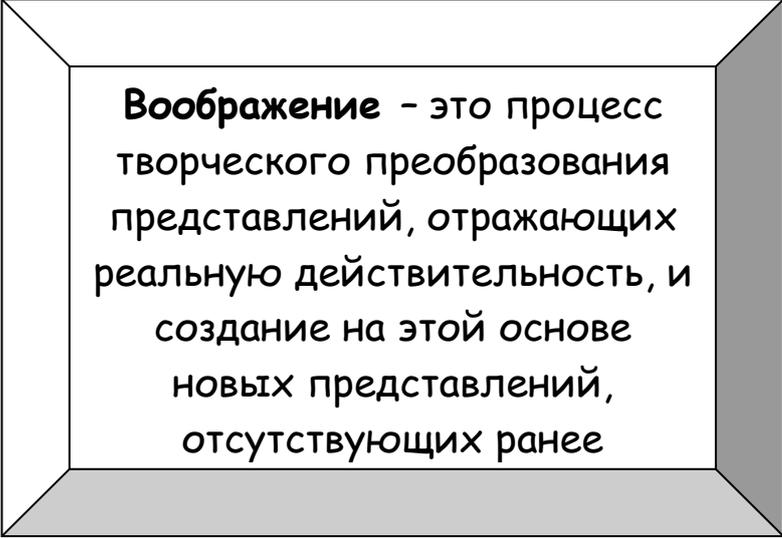
- 8.1. *Воображение и его функции.*
- 8.2. *Классификации видов воображения.*
- 8.3. *Механизмы функционирования воображения.*

8.1. Воображение и его функции

Воображение является высшей психической функцией и представляет собой способность человека к построению новых образов путем переработки психических компонентов, приобретенных в прошлом опыте. Оно непрерывно связано с человеческой способностью изменять мир, преобразовывать действительность и творить новое.

Человек выделился из животного мира потому, что научился создавать сложные орудия труда. Но для того, чтобы создать каменный топор, нужно было сначала создать его в своем воображении.

Человек отличается от животных тем, что способен создавать в своем сознании образ еще не существующего предмета или явления, а потом воплощать его в жизнь. Процесс воображения проявляется в создании человеком новых образов и мыслей, на основе которых возникают новые действия и предметы. Воображение – часть сознания личности, один из познавательных процессов. В нем своеобразно и неповторимо отражается внешний мир, оно позволяет программировать не только будущее поведение, но и работать с образами прошлого.



Воображение - это процесс творческого преобразования представлений, отражающих реальную действительность, и создание на этой основе новых представлений, отсутствующих ранее

Всякое воображение порождает что-то новое, изменяет, преобразует то, что дано восприятием и представлением. Эти изменения и преобразования могут выразиться в том, что человек, исходя из знаний и опираясь на опыт, создаст картину того, чего еще не было, иногда предвосхищая будущее.

С.Л. Рубинштейн пишет: “Воображение – это отлет от прошлого опыта, это преобразование данного и порождение на этой основе новых образов”.

Согласно Е.И. Игнатьеву, “основной признак процесса воображения заключается в преобразовании и переработке данных и материалов прошлого опыта, в результате чего получается новое представление”.

Одна из черт, характерных для воображения, состоит в том, что оно связано не только с мышлением, но и чувственными данными. Воображения нет без мышления, но оно не сводится и к логике, так как в нем всегда предполагается преобразование чувственного материала.

Таким образом, очевидно, что воображение есть и создание новых образов, и преобразование прошлого опыта при органическом единстве чувственного и рационального.

От восприятия воображение отличается двумя **особенностями**:

- источником возникающих образов служит не внешний мир, а память;
- воображение меньше соответствует реальности, так как всегда содержит элемент фантазии.

Выделяют следующие **функции воображения**:

- *представление действительности в образах*, что дает возможность пользоваться ими, выполняя операции с воображаемыми предметами;
- *формирование внутреннего плана действий* (создание образа цели и нахождение способов ее достижения) в условиях неопределенности;
- *участие в произвольной регуляции познавательных процессов* (управление воспоминаниями);
- *регулирование эмоциональных состояний* (в аутотренинге, визуализации, нейролингвистическом программировании и др.);
- *основа для творчества* – как художественного (литература, живопись, скульптура), так и технического (изобретательство);
- *создание образов*, соответствующих описанию объекта (когда человек старается представить себе нечто, о чем он слышал или читал);
- *продуцирование образов*, которые не программируют, а заменяют деятельность (приятные грезы, подменяющие скучную реальность).

8.2. Классификации видов воображения

Виды воображения принято классифицировать по степени активности и волевых усилий (активное и пассивное) и по степени преобразования действительности (продуктивное и репродуктивное) (табл. 8.1).

Таблица 8.1. Характеристика видов воображения

Вид воображения	Его характеристики
<i>По степени активности и волевых усилий</i>	
Активное воображение (преднамеренное)	Создание человеком по собственному желанию новых образов или представлений, сопровождающееся определенными усилиями (поэт ищет новый художественный образ для описания природы, изобретатель ставит цель создать новое техническое устройство и пр.)
Пассивное воображение (непреднамеренное)	При этом человек не ставит себе цели преобразования реальности, а образы спонтанно возникают сами (этот тип психических явлений включает в себя широкий спектр явлений, начиная от сновидений до идеи, внезапно и незапланированно возникшей в сознании изобретателя)
<i>По степени преобразования действительности</i>	
Продуктивное (творческое) воображение	Создание принципиально новых представлений, не имеющих непосредственного образца, когда действительность творчески преобразуется, а не просто механически копируется или воссоздается
Репродуктивное (воссоздающее) воображение	Создание образа предметов или явлений по их описанию, когда действительность воспроизводится по памяти в том виде, какова она есть

К разновидностям воображения относятся сновидения, галлюцинации, грезы и мечты.

Сновидения можно отнести к разряду пассивных и произвольных форм воображения. По степени преобразования действительности они могут быть или репродуктивными или продуктивными. В сновидениях человека находят выражение и удовлетворение многие жизненно важные потребности, которые в силу ряда причин не могут получить реализации в жизни.

Галлюцинациями называют фантастические видения, не имеющие, по видимому, почти никакой связи с окружающей человека действительностью. Они относятся к числу пассивных и произвольных форм воображения. По степени преобразования действительности чаще всего бывают продуктивными. Обычно галлюцинации являются результатом каких-то нарушений психики или воздействием на мозг лекарственных или наркотических веществ.

Грезы, в отличие от галлюцинаций, – это вполне нормальное психическое состояние, которое представляет собой фантазию, связанную с желанием или несколько идеализируемым будущим. Это пассивный и продуктивный тип воображения.

Мечтой называют форму особой внутренней деятельности, заключающуюся в создании образа того, что человек желал бы осуществить. Мечта отличается от грезы тем, что она более реалистична, в большей степени осуществима и относится к типу активных форм воображения. По степени преобразования действительности мечты чаще всего бывают продуктивными.

8.3. Механизмы функционирования воображения

Создание образов воображения осуществляется с помощью различных способов, наиболее распространенные из которых представлены в таблице 8.2.

Таблица 8.2. Механизмы переработки представлений в воображаемые образы

Механизм переработки представлений	Сущность механизма
Агглютинация	Объединение различных, несоединимых в повседневной жизни частей (Кентавр, Змей Горыныч и др.)
Гиперболизация	Существенное увеличение или уменьшение предмета или отдельных его частей, которое приводит к качественно новым свойствам (Циклоп, Гулливер, Мальчик-с-пальчик)
Схематизация	Отдельные представления сливаются, различия сглаживаются, а черты сходства выделяются (образ амазонок у древних народов как воинственных женщин, презиравших мужчин)
Акцентирование	Выделение характерной детали в создаваемом образе (дружеский шарж, карикатура)

Активное творческое воображение ученых и изобретателей, как правило, проходит четыре стадии:

1. *подготовка* (сбор данных);
2. *созревание* (концентрация имеющихся знаний и добывание недостающих);
3. *озарение*, или *инсайт* (интуитивное понимание искомой идеи);
4. *проверка* (уточнение, формирование окончательного результата).

Наиболее длительной является вторая стадия, на которой происходят анализ и синтез исходной информации и возникновение новых образов, ассоциаций, представлений и суждений. Очень короткой, но важной является третья стадия. Последний этап содержит минимум элементов воображения, но очень важен для воплощения новых идей в практику.

Контрольные вопросы:

1. Дайте характеристику воображения.
2. Охарактеризуйте функции воображения.
3. Соотнесите понятия репродуктивного и продуктивного воображения.
4. Соотнесите понятия активного и пассивного воображения.
5. Охарактеризуйте сновидения как вид воображения.
6. Дайте характеристику понятия «галлюцинации».
7. В чем разница между мечтами и грезами?
8. Охарактеризуйте механизмы переработки представлений в воображаемые образы.
9. Перечислите стадии творческого воображения ученых и изобретателей.

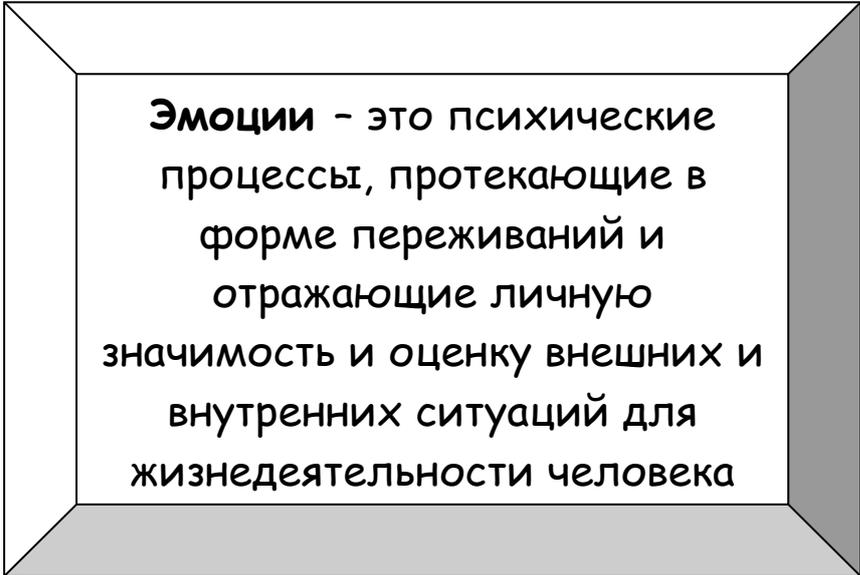
9. Эмоционально-волевая сфера личности

- 9.1. Психологическая характеристика эмоций.
- 9.2. Функции эмоций.
- 9.3. Классификации эмоций.
- 9.4. Эмоции и чувства.
- 9.5. Воля как психический процесс.
- 9.6. Структура волевого акта.
- 9.7. Волевые качества личности.
- 9.8. Мотивационная сфера человека.

9.1. Психологическая характеристика эмоций

Эмоции есть выражение отношения человека к явлениям окружающего мира в связи с возможностью удовлетворения им своих потребностей. **Эмоции** протекают в форме переживаний и отражают личную значимость и оценку внешних и внутренних ситуаций для жизнедеятельности человека.

Наиболее древние по происхождению и простейшие по механизму эмоции – *удовольствие* при удовлетворении органических потребностей (насыщение при голоде, питье при жажде и пр.) и *неудовольствие*, связанное с невозможностью



Эмоции – это психические процессы, протекающие в форме переживаний и отражающие личную значимость и оценку внешних и внутренних ситуаций для жизнедеятельности человека

удовлетворения органических потребностей или повреждением организма.

Большинство эмоциональных состояний отражается на физическом состоянии и особенностях поведения человека, поэтому они могут быть изучены с использованием не только субъективных, но и объективных методов. Например, об эмоциональном состоянии могут свидетельствовать покраснение или побледнение кожи, изменения уровня адреналина в крови и многое другое.

Помимо удовольствия и неудовольствия во многих ситуациях возникает ощущение *напряжения* или, напротив, *разрешения, облегчения*. Другим проявлением эмоциональных процессов являются *возбуждение* и *успокоение*. Возбужденное эмоциональное состояние обычно связано с деятельностью или с подготовкой к ней. Чрезмерное возбуждение может расстраивать целесообразную деятельность, делать ее беспорядочной. Успокоение связано со снижением активности, но также служит основой целесообразного ее применения.

9.2. Функции эмоций

Эмоции и чувства выполняют функцию *регуляции* состояния организма, а также поведения человека. В ходе филогенетического развития они стали выполнять целый ряд специфических функций, которые отражены в таблице 9.1.

Таблица 9.1. Содержание функций эмоций

Функция эмоций	Ее содержание
Отражательная (оценочная)	Оценка возможности удовлетворения актуальных потребностей, и построение на этой почве прогноза будущих событий
Подкрепляющая	Благодаря эмоциям лучше вырабатываются условные рефлексы и остаются более глубокие следы памяти
Коммуникативная	Эмоции улучшают понимание людьми других людей за счет «считывания» невербальных реакций, сопровождающих эмоции
Мобилизующая (побудительная, стимулирующая)	Эмоции мобилизуют скрытые резервы организма, стимулируют активность, побуждают к действию (при помощи адреналина, активации симпатической системы и т. д.)
Запуск стереотипных реакций	В критических ситуациях, при дефиците времени для размышления эмоции запускают стереотипные реакции (страх – бегство, ярость – борьба)
Переключательная	При конкуренции мотивов эмоции способствуют определению доминирующей потребности. Привлекательность мотива, его близость личностным установкам направляет деятельность человека в ту

Функция эмоций	Ее содержание
	или иную сторону.
Приспособительная	Благодаря вовремя возникшему чувству организм имеет возможность эффективно приспособиться к окружающим условиям.

9.3. Классификации эмоций

Классификации эмоциональных процессов представлены на рисунке 9.1.



Рис. 9.1. Классификации видов эмоций

По знаку эмоции делятся на *положительные* и *отрицательные*. Примером первых является радость и интерес, примером вторых — страх, гнев, ярость.

По интенсивности и длительности. *Аффект* — наиболее мощный вид эмоциональной реакции. *Аффектами* называют интенсивные, бурно протекающие и кратковременные эмоциональные вспышки. Примерами аффекта могут служить сильный гнев, ярость, ужас, бурная радость, глубокое горе, отчаяние. Эта эмоциональная реакция полностью захватывает психику человека, соединяя главный воздействующий раздражитель со всеми смежными, образуя единый аффективный комплекс, предопределяющий единую реакцию на ситуацию в целом.

Следующую группу эмоциональных явлений составляют собственно эмоции. *Эмоция* (в узком смысле слова) — переживание, возникающее у человека в ходе удовлетворения актуальной потребности. Эмоции отличаются от аффектов длительностью. Если аффекты в основном носят кратковременный характер (например, вспышка гнева), то эмоции — это более длительные состояния. Другой отличительной чертой эмоций является то, что они представляют собой реакцию не только на текущие события, но и на вероятные или вспоминаемые.

Страсть — это сплав эмоций, мотивов и чувств, сконцентрированных вокруг определенного вида деятельности или предмета.

Настроение — устойчивое эмоциональное состояние человека, окрашивающее в течение некоторого времени все его переживания. В отличие от чувств, настроения не имеют явной направленности на какой-то объект.

Чувство — высшая, культурно обусловленная эмоция человека, связанная с определенным объектом. Чувство играет мотивирующую роль, направляя активность человека в определенном направлении. Высшие чувства человека принято делить на нравственные, эстетические и интеллектуальные. **Интеллектуальные чувства** — чувства, связанные с познавательной деятельностью человека. Они возникают в процессе учебной и научной работы, а также творческой деятельности в различных видах искусства, науки и техники. **Нравственные чувства** — чувства, в которых отражается отношение человека к требованиям общественной морали. Они связаны с мировоззрением человека, его мыслями, идеями, принципами и традициями (чувство долга, патриотизма, любви к Родине). **Эстетические чувства** — это чувства, возникающие у человека в связи с удовлетворением или неудовлетворением его эстетических потребностей. К ним относятся чувства прекрасного и безобразного, возвышенного и низменного и т. д.

По специфическому содержанию принято выделять следующие эмоции:

Радость — положительное эмоциональное состояние, связанное с возможностью достаточно полно удовлетворить актуальную потребность.

Удивление — не имеющая четко выраженного положительного или отрицательного знака эмоциональная реакция на внезапно возникшие обстоятельства.

Страдание — отрицательное эмоциональное состояние, связанное с полученной достоверной или кажущейся таковой информацией о невозможности удовлетворения важнейших жизненных потребностей.

Гнев — эмоциональное состояние, отрицательное по знаку, как правило, протекающее в форме аффекта и вызываемое внезапным возникновением серьезного препятствия на пути удовлетворения исключительно важной для субъекта потребности.

Печаль — негативная эмоция, связанная с переживанием негативного факта (смерть, разлука, разочарование).

Отвращение — отрицательное эмоциональное состояние, вызываемое объектами (предметами, людьми, обстоятельствами и т. д.), соприкосновение с которыми вступает в резкое противоречие с идеологическими, нравственными или эстетическими принципами и установками субъекта.

Презрение — отрицательное эмоциональное состояние, возникающее в межличностных взаимоотношениях и порождается рассогласованием жизненных позиций, взглядов и поведения субъекта с жизненными позициями, взглядами и поведением объекта чувства.

Страх — отрицательное эмоциональное состояние, появляющееся при получении субъектом информации о реальной или воображаемой опасности.

Стыд – отрицательное состояние, выражающееся в осознании несоответствия собственных помыслов, поступков и внешности не только ожиданиям окружающих, но и собственным представлениям о подобающем поведении и внешнем облике.

Эмоциональные переживания носят неоднозначный характер. Один и тот же объект может вызывать несогласованные, противоречивые эмоциональные отношения. Это явление получило название **амбивалентность** (двойственность). Обычно амбивалентность вызвана тем, что отдельные особенности сложного объекта по-разному влияют на потребности и ценности человека.

По степени мобилизации организма эмоции делят на **стенические**, которые активизируют организм и поднимают настроение (гнев, ярость, восторг), и **астенические** (тоска, печаль, грусть, стыд), расслабляющие человека и подавляющие активность организма.

9.4. Эмоции и чувства

Чувство – высшая, культурно обусловленная эмоция человека, связанная с определенным объектом.

Главные различия эмоций и чувств представлены в таблице 9.2.

Таблица 9.2. Различия чувств и эмоций

Эмоции	Чувства
Более широкое понятие	Более узкое понятие
Напрямую связаны с потребностями	Опосредованно связаны с потребностями
Могут не иметь предметного характера	Всегда носят предметный характер
Способны предвосхищать ситуацию	Сопровождают ситуацию
Имеют универсальный характер для всех людей	Носят исторический характер, отличаясь у разных народов в разные времена
Достаточно быстро исчезают или меняют свой знак	Длительные, устойчивые образования

Эмоции, как правило, носят характер ориентировочной реакции, то есть несут первичную информацию о недостатке или избытке чего-либо, поэтому они часто бывают неопределенными и недостаточно осознаваемыми. Чувства, напротив, в большинстве случаев предметны и конкретны. Эмоции в большей

степени связаны с биологическими процессами, а чувства – с социальной сферой. Еще одним существенным различием эмоций и чувств является то, что эмоции в большей степени связаны с областью бессознательного, а чувства максимально представлены в нашем сознании.

Чувства – это устойчивые психические состояния, имеющие четко выраженный предметный характер: они выражают устойчивое отношение к каким-либо объектам (реальным или воображаемым). Человек не может переживать чувства, если они не отнесены к кому-нибудь или чему-нибудь. Например, человек не в состоянии испытывать чувство любви, если у него нет объекта привязанности. Точно так же он не может испытывать чувство ненависти, если у него нет того, что он ненавидит.

Чувства возникли и формировались в процессе культурно-исторического развития человека. Способы выражения чувств менялись в зависимости от исторической эпохи.

В индивидуальном развитии человека чувства выступают как значимый фактор в формировании мотивационной сферы. Человек всегда стремится заниматься тем видом деятельности, который ему нравится, то есть вызывает у него позитивные чувства.

Чувства играют значимую роль в построении контактов с окружающими людьми. Человек всегда предпочитает находиться в комфортной обстановке, а не в условиях, вызывающих у него негативные чувства. Кроме этого, следует отметить, что чувства всегда индивидуальны. То, что нравится одному, может вызывать негативные чувства у другого. Это объясняется тем, что чувства опосредуются системой ценностных установок конкретного человека.

Различия в проявлении эмоций и чувств в значительной степени обуславливают неповторимость конкретного человека, то есть определяют его индивидуальность.

9.5. Воля как психический процесс

Все действия человека можно условно разделить на *непроизвольные* и *произвольные*. К *непроизвольным действиям* относятся: безусловные рефлексы, инстинкты, автоматизированные движения и действия, совершаемые в состоянии сильного эмоционального возбуждения. В отличие от них, *произвольные действия* осуществляются под контролем сознания. Для их выполнения требуется та или иная степень волевого контроля.

Воля - это сознательное регулирование человеком своего поведения и деятельности, выраженное в умении преодолевать внутренние и внешние трудности при совершении целенаправленных действий и поступков.

Главная **функция воли** заключается в сознательной *регуляции* активности в затрудненных условиях жизнедеятельности. В основе этой регуляции лежит взаимодействие процессов возбуждения и торможения нервной системы. В соответствии с этим принято выделять в качестве конкретизации указанной выше общей функции две другие — *активизирующую* и *тормозящую*.

Воля подразумевает наличие целеустремленности человека, что требует определенных мыслительных процессов, способствующих осуществлению сознательного выбора *цели* и подбора *средств* для ее достижения.

9.6. Структура волевого акта

Схематически структура волевого акта показана на рисунке 9.2.

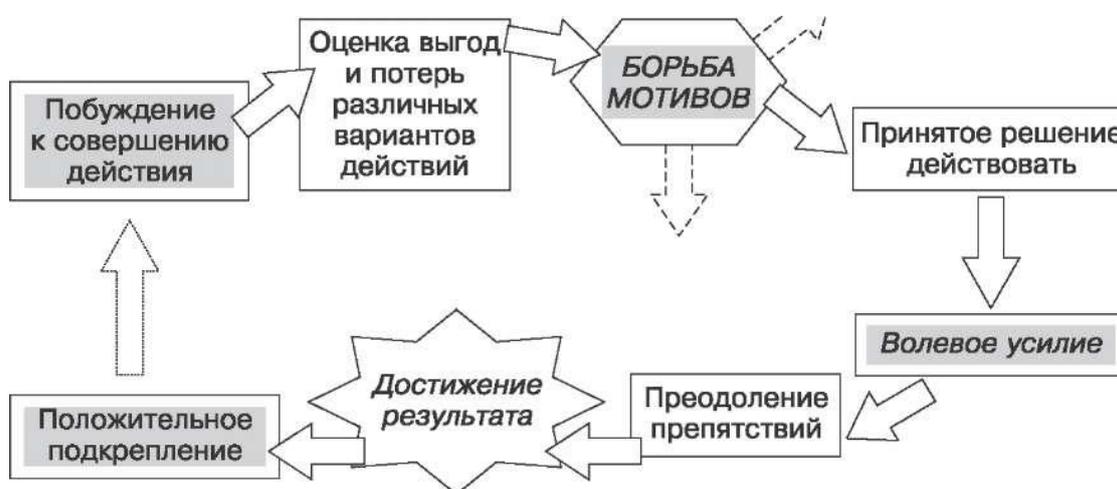


Рис. 9.2. Структура волевого акта

Не всякое стремление к цели носит достаточно осознанный характер. В зависимости от степени осознанности потребностей их разделяют на *влечения* и *желания*. Если желание осознанно, то влечение всегда смутно, неясно. Из-за своей неопределенности влечение не может перерасти в целенаправленную деятельность. Поэтому влечение часто рассматривают как переходное состояние. Представленная в нем потребность, как правило, либо угасает, либо осознается и превращается в конкретное *желание*, которое само по себе еще не содержит активного элемента.

Прежде чем *желание* превратится в непосредственный *мотив*, а затем в *цель*, оно оценивается человеком через его систему ценностей, получает определенную эмоциональную и рациональную окраску через оценку выгод и потерь. Имея побуждающую силу, желание обостряет осознание цели будущего действия и построение его плана. В свою очередь, при формировании цели особую роль играет ее *содержание*, *характер* и *значение*. Чем значительнее цель, тем мощное стремление к ее достижению.

Психическое состояние, которое характеризуется столкновением нескольких желаний или нескольких разных побуждений к деятельности, принято называть *борьбой мотивов*. Она включает в себя оценку человеком тех оснований, которые говорят за и против необходимости действовать в определенном направлении, обдумывании того, как именно действовать. Заключительным моментом борьбы мотивов является *принятие решения*, заключающегося в выборе цели и способа действия.

Спланированное действие не реализуется сразу. Для его реализации необходимо сознательное *волевое усилие*. Под волевым усилием понимается особое состояние внутреннего напряжения, или активности, которое вызывает мобилизацию внутренних ресурсов человека, необходимую для преодоления возможных препятствий и достижения результата. Поэтому волевые усилия всегда связаны со значительной тратой энергии. Заключительный этап волевого акта может получить двойное выражение: в одних случаях он проявляется во внешнем действии, в других случаях, наоборот, он заключается в воздержании от какого-либо внешнего действия (такое проявление принято называть *внутренним волевым действием*).

9.7. Волевые качества личности

Способность человека регулировать свое поведение, особенно при наличии трудностей и препятствий на пути к поставленной цели, определяется наличием или отсутствием у него **волевых качеств**. Они могут быть как положительными, так и отрицательными (табл. 9.3).

Таблица 9.3. Волевые качества личности

Положительные волевые качества		Отрицательные волевые качества	
Качество	Описание качества	Качество	Описание качества
Сила воли	Обобщенная способность преодолевать затруднения, возникающие на пути к достижению поставленной цели	Упрямство	Неадекватная настойчивость в выполнении решений, принятых без достаточных оснований
Решимость	Отсутствие излишних колебаний и сомнений при борьбе мотивов, своевременное и быстрое принятие		

Положительные волевые качества		Отрицательные волевые качества	
	решений		
Самообладание	Умение сдерживать свои чувства, когда это требуется, недопущение импульсивных и необдуманных действий, умение владеть собой и заставлять себя выполнять запланированные действия, а также воздерживаться от того, что хочется делать, но что представляется неразумным или неправильным	Импульсивность	Торопливость в принятии решений, необдуманность поступков
Смелость	Сила воли, проявляющаяся в преодолении опасных для жизни или благополучия человека препятствий		
Настойчивость	Умение неоднократно совершать волевые акты в течение длительного времени для достижения определенной цели, а также стремление человека к достижению поставленной цели даже в самых сложных условиях	Податливость	Легкость изменения решения под влиянием других лиц или случайных обстоятельств

Положительные волевые качества		Отрицательные волевые качества	
Последовательность	Волевое качество, благодаря которому все совершаемые человеком поступки вытекают из единого принципа, которому человек подчиняет все второстепенное и побочное		

Одни качества отражают побудительную функцию воли, стимулирующую человека к сознательной активной деятельности (решимость), другие – тормозную (самообладание).

9.8. Мотивационная сфера человека

В основе мотивации лежат те или иные нереализованные потребности, которые, преломляясь через призму личностных особенностей и индивидуального жизненного опыта, направляют человека к определенным действиям.

Мотивация - совокупность побуждений, вызывающих активность индивида и направляющих его к определенному виду деятельности.

Мотивы включают в себя как осознанные, осмысленные и

Мотивы - это те внутренние силы, которые связаны с потребностями личности и побуждают ее к определенной деятельности.

прочувствованные потребности, так и подсознательные движущие силы, определяющие поведение. Так как подсознательные мотивы не осознаются человеком, он пытается объяснить свои

поступки рациональными мотивами.

Мотивы характеризуются двумя основными **свойствами** – *силой* и *устойчивостью*.

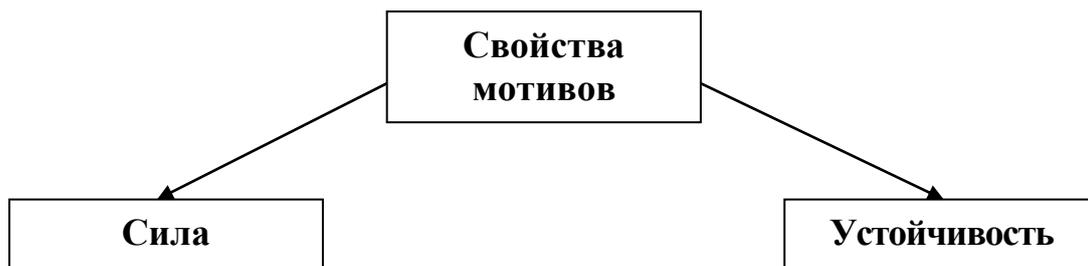


Рис. 9.3. Основные свойства мотивов

Ниже представлены функции мотивов (табл. 9.4.) и подходы к классификации (табл. 9.5.).

Таблица 9.4. Функции мотивов

Функции мотивов	Содержание функции
Побуждающая	Мотивы вызывают активность человека, придают ему энергию
Направляющая	Мотивы определяют выбор объекта, на который будет направлена активность человека в ближайшее время
Регулирующая	Мотивы определяют очередность реализации потребностей

Таблица 9.5. Классификация мотивов

Классификация мотивов	Примеры видов мотивов
По содержанию потребностей	Биологические и социальные
	Самоуважения и самоунижения
По социальным установкам	Личные и общественные
	Эгоистические и альтруистические
	Нравственные и безнравственные
По степени осознания	Осознанные
	Не осознанные
По видам деятельности	Трудовые
	Учебные
	Исследовательские
	Коммуникативные

Классификация мотивов	Примеры видов мотивов
По длительности	Кратковременные
	Средней длительности
	Устойчивые
По уровню притязаний	Достижение успеха
	Избегание неудач

Источником активности живых существ по освоению окружающей среды являются *потребности*. Чем больше потребностей у живого организма, тем он активней, тем выше его конкурентоспособность в борьбе за существование. Из всех живых существ больше всего потребностей у человека, в том числе присущих только человеку (поиск смысла жизни, карьера, признание др.).

Потребность - это состояние нужды в определенных условиях жизни, деятельности, материальных объектах, людях или определенных социальных факторах.

Особенности потребностей:

1. Потребности связаны с наличием у человека *чувства неудовлетворенности*, обусловленного дефицитом того, что требуется.
2. Потребности определяют *избирательность восприятия* мира, фиксируя внимание человека на тех объектах, которые могут удовлетворить эту потребность.
3. Наличие потребности *сопровождается эмоциями*: при возникновении и по мере усиления потребности – отрицательными, в случае ее удовлетворения – положительными.
4. *Количество потребностей возрастает в процессе филогенеза и онтогенеза*, как в эволюционном ряду «растения – животные – человек», так и в онтогенетическом ряду «новорожденный – младенец – дошкольник – школьник – взрослый человек».
5. *Потребности человека образуют иерархическую систему*, где каждая потребность имеет свой уровень значимости. По мере удовлетворения одни потребности уступают первенство другим. По мере осознания и реализации потребности, происходит закономерное изменение и мотивации, вызванной данной потребностью.

Существует множество классификаций потребностей. По происхождению потребности разделяют на *естественные*, которые заложены на генетическом уровне, и *культурные*, которые формируются в процессе общественной жизни. Данная классификация представлена на рисунке 2.10.3.

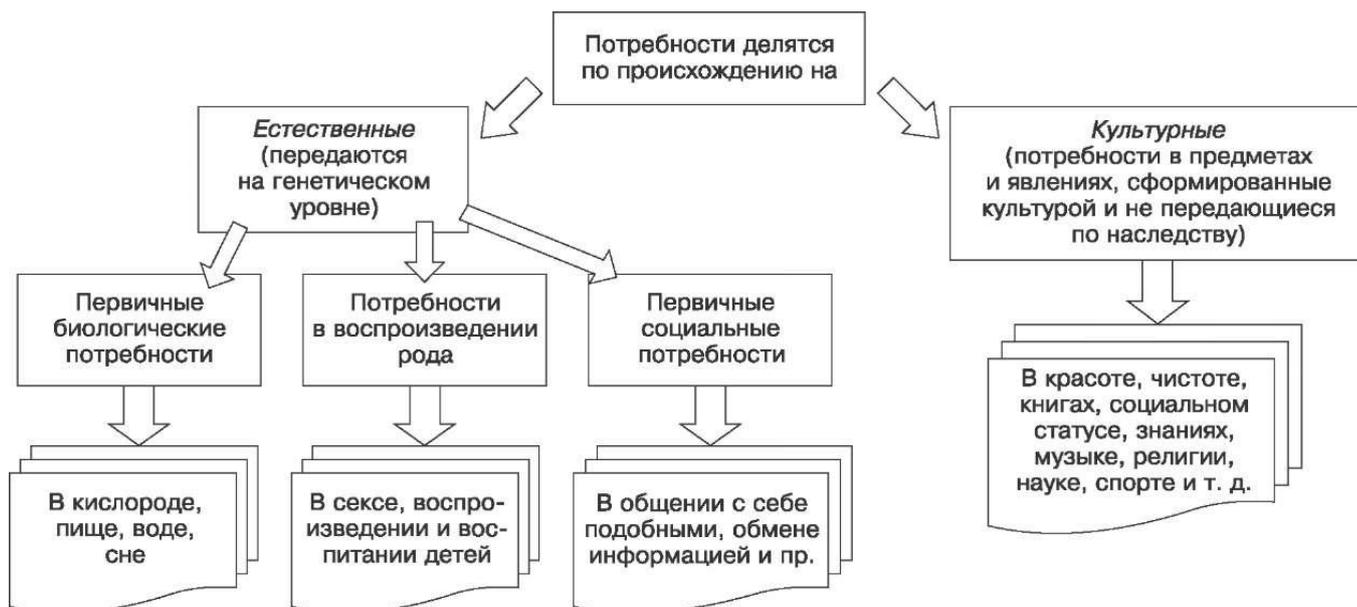


Рис. 9.4. Классификация потребностей по происхождению

По уровню сложности потребности подразделяют на *биологические, социальные и духовные*. Данная классификация отражена в таблице 9.6.

Многие ученые выстраивали определенную иерархию потребностей. В.А. Ядов представлял ее следующим образом:

1. психофизиологические, витальные потребности;
2. потребности в ближайшем семейном окружении;
3. потребности включения в многочисленные малые группы и коллективы;
4. потребности включения в целостную социальную систему.

Таблица 9.6. Классификация потребностей по уровню сложности

Уровень	Содержание потребностей
Биологические	Стремление человека поддерживать свое существование: потребность в пище, одежде, сне, безопасности, в экономии сил и пр.
Социальные	Потребность в общении, принадлежности к определенной группе, лидерстве и признании, карьерном росте, стремление к популярности, к господству над другими людьми.
Духовные	Потребность познать окружающий мир и себя самого, стремление к самосовершенствованию и самореализации, потребность в познании смысла своего существования.

Американский психолог Абрахам Маслоу изложил иерархию потребностей более подробно. Согласно так называемой *пирамиде Абрахама Маслоу*, нижний уровень составляют *физиологические потребности*, далее идет *потребность в безопасности*, выше – *потребность в любви*, затем *потребность в уважении и признании*, а на вершине пирамиды – *стремление личности к самореализации*. Однако этими потребностями не исчерпывается набор актуальных потребностей человека, поэтому концепцию А. Маслоу дополняют другими потребностями (рис. 9.5).



Рис. 9.5. Пирамида потребностей А. Маслоу в интерпретации Ю.В. Щербатых

Содержание потребностей каждого уровня описано в таблице 9.7.

Таблица 9.7. Содержание уровней пирамиды потребностей

Уровень потребностей	Содержание
Физиологические (биологические) потребности	Потребность человека в еде, питье, кислороде, оптимальном температурном режиме и влажности воздуха, отдыхе, половой активности и пр.
Потребность в безопасности и стабильности	Потребность в стабильности существования нынешнего порядка вещей. Уверенность в завтрашнем дне, ощущение, что тебе ничто не угрожает, а старость будет обеспеченной.
Потребность в любви и принадлежности к группе	Потребность любить и быть любимым. Потребность общаться с другими людьми, быть причастным к какой-то группе.

Уровень потребностей	Содержание
Потребность в уважении и признании	Желание быть сильным, компетентным и уверенным в себе, обладать высокой репутацией, стремление к престижу, высокому общественному положению и власти.
Потребность в новизне	Стремление к получению новой информации. Сюда также относится потребность что-то знать и уметь.
Потребность в преодолении трудностей	Стремление к риску, приключениям и преодолению трудностей.
Потребность в независимости	Потребность в личной свободе, независимости от других людей и внешних обстоятельств.
Потребность в красоте и гармонии	Стремление к порядку, гармонии, красоте во всех сферах жизнедеятельности
Потребность в самореализации	Стремление реализовать свою уникальность, потребность делать то, что нравится, к чему есть способности

Контрольные вопросы:

1. Охарактеризуйте эмоции как психический процесс.
2. Раскройте содержание функций эмоций.
3. Перечислите основные классификации эмоций.
4. Приведите примеры положительных и отрицательных эмоций.
5. Соотнесите понятия «аффект», «эмоция», «страсть», «настроение», «чувство».
6. Дайте характеристику высшим чувствам человека.
7. Расскажите о соотношении понятий «эмоции» и «чувства».
8. Раскройте классификацию эмоций по их специфическому содержанию.
9. Перечислите эмоции, вызывающие стенические и астенические реакции.
10. В чем заключается амбивалентность эмоций?
11. Дайте характеристику воли как процесса сознательного регулирования поведения.
12. Раскройте главную функцию воли.
13. Опишите структуру волевого акта.
14. Раскройте содержание структурных компонентов волевого действия.
15. Охарактеризуйте положительные волевые качества.
16. Охарактеризуйте отрицательные волевые качества.
17. Раскройте стимулирующую и тормозную функции воли.
18. Соотнесите понятия «мотив», «мотивация», «потребность».
19. Раскройте функции и свойства мотивов.
20. Приведите классификацию мотивов.
21. Перечислите особенности потребностей.

10. Психические состояния

- 10.1. Психические состояния и уровни их проявления.
- 10.2. Классификации психических состояний.
- 10.3. Характеристика основных психических состояний человека по степени активации организма.
- 10.4. Управление психическим состоянием

10.1. Психические состояния и уровни их проявления

Наряду с психическими процессами и свойствами личности основными классами психических явлений, которые изучает психология, являются *психические состояния*.

Психические состояния — характеристика психической деятельности, отражающая своеобразие протекания психических процессов на определенный период времени.

Психические состояния влияют на протекание психических процессов, а повторяясь часто, приобретая устойчивость, могут включиться в структуру личности в качестве ее специфического свойства. В каждом психическом состоянии присутствуют психологические, физиологические и поведенческие компоненты, поэтому в *структуру* психических состояний входит множество компонентов на самом разном системном уровне: от физиологического до когнитивного (табл. 10.1).

Таблица 10.1. Уровни проявления психических состояний

Уровень проявления состояния	Параметры	Формы проявления
Физиологический	Гормональный	Изменение секреции адреналина, тироксина, глюко-кортикоидов, половых гормонов и пр.
	Сердечно-сосудистый	Изменение частоты сердечных сокращений, тонуса артериального давления

Уровень проявления состояния	Параметры	Формы проявления
Моторной сферы	Мышечный тонус	Изменение напряжения мышц, тремора, ритма и глубины дыхания
	Мимика и жесты	Изменение мимики (мимических мышц), пантомимики (поза и движения корпуса), жестов
	Голосовые характеристики	Громкость голоса, его высота, тембр и темп речи
Эмоциональный	Интенсивность, длительность и модальность	Характер эмоциональных переживаний (положительный или отрицательный), интенсивность эмоций, длительность протекания аффективных процессов
Когнитивный	Выраженность когнитивных процессов и их роль в контроле поведения	Логичность мышления, осознанность состояния, точность прогноза развития событий, возможность управления состоянием организма
Поведенческий	Трудовые действия и операции	Точность выполнения действий, их экономичность, правильность
	Действия по реализации собственных актуальных потребностей	Адекватность действий, соответствие актуальным потребностям, избыточность и пр.
Социальный	Коммуникативный	Характер общения с другими людьми: способность слышать другого человека, воздействовать на него, находить общие точки взаимодействия
	Социально-адаптационный	Способность ставить адекватные цели и достигать их

10.2. Классификации психических состояний

Трудность классификация психических состояний состоит в том, что часто они пересекаются или даже совпадают друг с другом. Например, состояние некоторой напряженности часто появляется на фоне состояний утомления, монотонии, агрессии и ряда других состояний. Тем не менее, существует много вариантов их классификаций. Чаще всего их делят на эмоциональные, познавательные, мотивационные и волевые. Кроме того, выделяют функциональные, психофизиологические, астенические, пограничные, кризисные, гипнотические и другие состояния. Наиболее распространенные классификации представлены в таблице 10.2.

Таблица 10.2. Классификация психических состояний

Принцип разделения	Крайние и переходные формы
По источнику формирования	Ситуативно обусловленные (реакция на брань)
	Личностно обусловленные (эмоциональная вспышка холерика)
По степени выраженности	Поверхностные(настроение)
	Глубокие (страсть)
По эмоциональному знаку воздействия	Положительные (вдохновение)
	Нейтральные (равнодушие)
	Отрицательные (апатия)
По длительности	Кратковременные: секунды – минуты (аффект)
	Средней длительности: минуты – часы (страх)
	Продолжительные: часы и даже дни (монотония, скука, депрессия)
По степени осознанности	Неосознанные (транс, сон)
	Сознательные (решительность)
По преобладанию рассудочного или эмоционального компонента	Эмоциональные (страх)
	Комбинированные (мобилизация)
	Интеллектуальные (сосредоточенность)
По степени активации организма	Астенические (усталость)
	Стенические (ярость)
По главному уровню системного проявления	Физиологические (голод)
	Психофизиологические (страх)
	Психологические (воодушевление)

10.3. Характеристика основных психических состояний человека по степени активации организма

Состояние бодрствования в покое встречается при пассивном отдыхе (чтение книги, просмотр нейтральной телепередачи). При этом наблюдается отсутствие выраженных эмоций, умеренная активность нервной системы, а в головном мозге отмечается чередование бета-ритма (когда человек о чем-то думает) и альфа-ритма (когда мозг отдыхает).

Состояние релаксации – это состояние успокоения, расслабления и восстановления сил. Оно встречается во время занятий аутогенной тренировкой, при транссе, медитации, молитве (произвольная релаксация). Причина непроизвольной релаксации – прекращение напряженной деятельности. Преобладающие ощущения в этом состоянии – расслабление всего тела, чувство покоя, приятное тепло, тяжесть. Отмечается повышенная активность парасимпатической нервной системы и преобладание альфа-ритма в электроэнцефалограмме.

Состояние сна – особое состояние психики человека, которое характеризуется почти полным отключением сознания от внешней среды. Во время сна отмечается двухфазный режим работы мозга – чередование медленного и быстрого сна (которые, по большому счету, являются самостоятельными психическими состояниями). Сон связан с необходимостью упорядочения информационных потоков и восстановления ресурсов организма. Психические реакции человека во время сна непроизвольны, время от времени возникают эмоционально окрашенные сновидения. На физиологическом уровне отмечается попеременная активация сначала парасимпатической, а затем симпатической нервной системы. Для медленного сна характерны тета- и дельта- волны биопотенциалов мозга.

Оптимальное рабочее состояние – состояние, обеспечивающее наибольшую эффективность деятельности при среднем темпе и интенсивности труда. Для него характерно наличие сознательной цели деятельности, высокая концентрация внимания, обострение памяти, активизация мышления и повышенная активность нервной системы. Ритмы мозга в основном лежат в бета-диапазоне.

Состояние напряженной деятельности – это состояние, возникающее в процессе труда в экстремальных условиях (состояние спортсмена на соревнованиях, спасателя при пожаре, летчика-испытателя во время испытания новой машины, артиста цирка при выполнении сложного трюка и т. д.). Психическое напряжение обусловлено наличием сверхзначимой цели, экстремальных условий или повышенными требованиями к работнику. Оно также может определяться высокой мотивацией к достижению результата или высокой ценой ошибки. Для него характерны очень высокая активность симпатической нервной системы и высокочастотные ритмы головного мозга.

Монотония – состояние, развивающееся при длительных, повторяющихся нагрузках средней и малой интенсивности (например,

состояние водителя-дальнобойщика в конце долгого рейса). Оно вызывается однообразной, повторяющейся информацией. Преобладающие эмоции – скука, равнодушие, снижение показателей внимания. Часть поступающей информации блокируется на уровне таламуса.

Утомление – временное снижение работоспособности под влиянием длительной и высокой нагрузки. Оно обусловлено истощением ресурсов организма при длительной или чрезмерной деятельности. Для него характерно снижение мотивации к труду, нарушение внимания и памяти. На физиологическом уровне отмечается появление запредельного торможения центральной нервной системы.

Стресс – состояние повышенного и длительного напряжения, связанного с невозможностью приспособления к требованиям среды. Это состояние обусловлено длительным воздействием факторов среды, превышающим возможности адаптации организма. Оно характеризуется психическим напряжением, чувством фрустрации, тревоги, беспокойства, а в последней стадии – равнодушия и апатии. На физиологическом уровне отмечается истощением запасов гормонов надпочечников, мышечным напряжением и двухфазной активацией вегетативной нервной системы.

Соотношение между указанными состояниями показано на рисунке 10.1.



Рис. 10.1. Динамика состояний человека по отношению к деятельности

Помимо перечисленных, у человека могут встречаться десятки других состояний: аффекты, дремотные, приступообразные, болезненные состояния (инфекционные и соматические), состояния алкогольного и наркотического опьянения, психопатологические состояния эндогенной природы (маниакально-депрессивный психоз, шизофрения, паранойя) и пр.

10.4. Управление психическим состоянием

Управление психическим состоянием может осуществляться с помощью физических, фармакологических, физиологических, психологических и иррациональных методов (табл. 10.3).

Таблица 10.3. Методы управления психическими состояниями

Группа методов	Примеры
Физические методы	Холодный, теплый или контрастный душ, бассейн, сауна, русская парная баня, ультрафиолетовый свет, цвето-световое воздействие, функциональная музыка и пр.
Фармакологические методы	Алкоголь, наркотические вещества (кокаин, героин, марихуана и пр.), лекарственные вещества (естественные растительные препараты – валериана, пустырник, элеутерококк, женьшень; транквилизаторы; нейролептики)
Физиологические методы	Массаж, физкультура, акупунктура
Психологические методы	Аутогенная тренировка, нейролингвистическое программирование (НЛП), рациональная психотерапия
Иррациональные методы	Религиозные медитации, магические заклинания, обряды, ритуалы и пр.

Контрольные вопросы:

1. Дайте определение психических состояний.
2. Охарактеризуйте уровни проявления психических состояний.
3. Перечислите классификации психических состояний.
4. Охарактеризуйте психические состояния человека по степени активации организма.
5. Опишите динамику психических состояний по отношению к деятельности.
6. Охарактеризуйте методы управления психическими состояниями.

МОДУЛЬ 3. Психология личности

11. Понятие личности.

Индивид, личность, субъект, индивидуальность.

- 11.1. *Общее понятие о личности.*
- 11.2. *Структура личности.*
- 11.3. *Направленность личности.*
- 11.4. *Индивид, личность, субъект, индивидуальность.*
- 11.5. *Основные теории личности.*

11.1. Общее понятие о личности

В психологической науке категория «личность» относится к числу базовых понятий. С одной стороны, она обозначает конкретного индивида как субъекта деятельности, в единстве его индивидуальных свойств и его социальных ролей. С другой стороны, личность понимается как социальное свойство индивида, как совокупность интегрированных в нем социально значимых черт, образовавшихся в процессе прямого и косвенного взаимодействия данного лица с другими людьми и делающих его, в свою очередь, субъектом труда, познания и общения. Чаще всего под личностью понимают человека в совокупности его социальных и жизненно важных качеств, приобретенных им в процессе социального развития.

Таким образом, *личность* – это человек, взятый в системе его устойчивых социально обусловленных психологических характеристик, которые проявляются в общественных связях и отношениях, определяют его нравственные поступки и имеют существенное значение для него самого и окружающих.

Также можно сказать, что *личность* есть объединение всех характеристик индивида в единую структуру, которая, сохраняя определенное постоянство, все же изменяется в результате адаптации к меняющейся среде обитания.

Личность есть формирующаяся в течение жизни совокупность индивидуальных психологических особенностей, которые определяют своеобразное для данного человека отношение к себе, обществу

11.2. Структура личности

Структура личности включает следующие *свойства*:

- *способности* (устойчивые индивидуальные свойства человека, определяющие его успехи в различных видах деятельности);
- *темперамент* (динамическая характеристика психических процессов человека);
- *характер* (содержит качества, определяющие отношение человека к другим людям);
- *мотивация* (совокупность побуждений к деятельности);
- *социальные установки* (убеждения людей);
- *направленность* (совокупность устойчивых мотивов, убеждений и устремлений, ориентирующих человека на достижение его жизненных целей).

К.К. Платонов представлял **структуру личности** в виде своеобразной пирамиды, фундаментом которой являлись *генетические, физиологические и биохимические* особенности человеческого организма, а высший уровень определялся *социальными и духовными* особенностями личности (рис. 11.1).

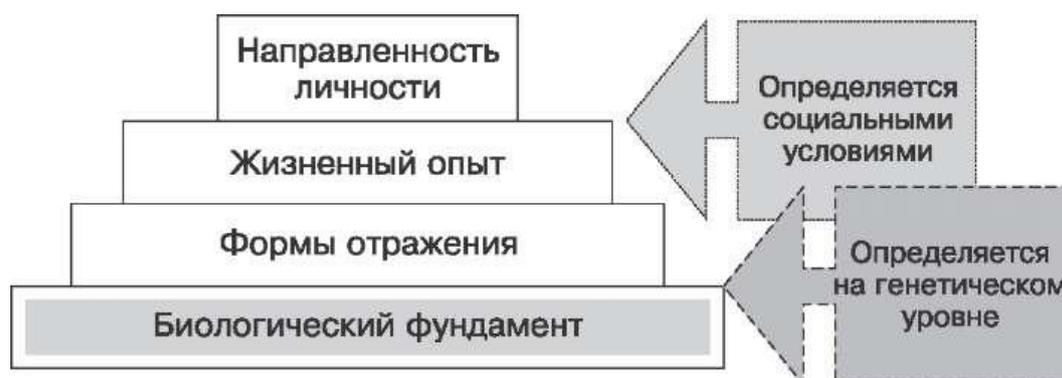


Рис. 11.1. Структура личности по К.К. Платонову

Биологический фундамент личности определяется полом, возрастом и особенностями протекания биохимических и нервных процессов.

Формы отражения зависят от особенностей познавательных процессов человека: ощущений, восприятия, внимания, памяти, мышления.

Основу *жизненного опыта* составляют знания, умения, навыки и привычки.

Направленность личности определяется убеждениями человека, его ценностями, мировоззрением, желаниями, влечениями, стремлениями и идеалами.

Каждый следующий уровень в процессе индивидуального развития надстраивается над предыдущим. Высшие уровни зависят от низших и, в то же время, активно влияют на них.

Наиболее важную роль в структуре личности играет ее направленность.

11.3. Направленность личности

Направленность личности – это совокупность устойчивых мотивов, убеждений и устремлений, ориентирующих человека на достижение его жизненных целей.

Направленность всегда социально обусловлена и формируется в процессе индивидуального развития в процессе обучения и воспитания. Компоненты направленности личности отражены в таблице 11.1.

Таблица 11.1. Отдельные компоненты направленности личности

Компонент направленности	Содержание
Влечение	Не полностью осознанное стремление к достижению чего-либо, неосознаваемая потребность.
Желание	Потребность, четко осознаваемая человеком.
Стремление	Желание, в котором присутствует волевой компонент, то есть готовность к преодолению препятствий.
Идеал	Образ, являющийся воплощением совершенства и образцом высшей цели в стремлениях индивида.
Ценности	Предметы или явления окружающей действительности, особо значимые для человека. Различают семейные, материальные, духовные, нравственные, статусные и другие ценности.
Установка	Готовность индивида к определенной деятельности, актуальной в создавшейся ситуации; проявляется в устойчивой предрасположенности к определенному восприятию, осмыслению и поведению индивида.
Цель	Желаемый и представляемый в сознании результат конкретной деятельности человека.
Мировоззрение	Система взглядов и представлений о мире, обществе, природе, самом себе. Различают религиозное, политическое, экономическое, этическое и другие виды мировоззрения.
Убеждение	Высшая форма направленности личности, проявляющаяся в осознанной потребности действовать в соответствии со своими ценностными ориентациями на фоне эмоциональных переживаний и волевых устремлений.

Основные виды направленности личности – *общественная, деловая и личная.*

Общественная направленность имеет место, если мысли и поступки человека в основном определяются потребностью в общении и для него важно поддерживать хорошие отношения с коллегами по работе или учебе. Такой человек проявляет интерес к совместной деятельности, но его больше интересует сам процесс общения, чем конечный результат работы. Нередко такие люди, несмотря на видимую повышенную активность, не только не способствуют, но даже мешают достижению цели организации, создавая ненужную суету и отвлекая других работников от их прямых обязанностей.

Деловая направленность отражает приоритет мотивов к достижению профессиональных целей, увлечение процессом деятельности, стремлением овладеть новыми навыками и умениями. Общение для него не является самоцелью, а служит лишь средством достижения профессиональных целей.

Личная направленность создается преобладанием мотивов собственного благополучия, стремлением к личному первенству, престижу. Человек с преобладанием такой направленности чаще занят самим собой, своими чувствами и переживаниями и мало реагирует на потребности окружающих его людей. В своей профессиональной деятельности он нередко игнорирует интересы сотрудников или работу, которую должен выполнять. В работе видит, прежде всего, возможность удовлетворить свои притязания вне связи с интересами дела или других сотрудников.

По вопросу о том, каким законам подчиняется **развитие личности**, существуют различные точки зрения. Эти расхождения вызваны различным пониманием значения общества и социальных групп для развития личности, закономерностей и этапов развития, кризисов развития личности, возможностей ускорения процесса развития и других вопросов.

Одной из таких концепций стала теория, принадлежащая американскому психологу Э. Эриксону, который в своих взглядах на развитие придерживался *эпигенетического принципа*: генетической предопределенности стадий, которые человек обязательно проходит в своем личностном развитии от рождения до смерти. Э. Эриксон выделил и описал восемь жизненных психологических кризисов, по его мнению, неизбежно наступающих у каждого человека:

1. Кризис доверия – недоверия (в течение первого года жизни).
2. Автономия в противовес сомнениям и стыду (в возрасте около двух-трех лет).
3. Появление инициативности в противовес чувству вины (примерно от трех до шести лет).
4. Трудолюбие в противовес комплексу неполноценности (возраст от семи до 12 лет).
5. Личностное самоопределение в противовес индивидуальной серости и конформизму (от 12 до 18 лет).

6. Интимность и общительность в противовес личностной психологической изолированности (около 20 лет).

7. Забота о воспитании нового поколения в противоположность «погружению в себя» (между 30 и 60 годами).

8. Удовлетворенность прожитой жизнью в противоположность отчаянию (старше 60 лет).

Становление личности в концепции Э. Эриксона понимается как смена этапов, на каждом из которых происходит качественное преобразование внутреннего мира человека и радикальное изменение его отношений с окружающими людьми. В результате этого он как личность приобретает нечто новое, характерное именно для данного этапа развития и сохраняющееся у него (по крайней мере, в виде заметных следов) в течение всей жизни. Причем новые личностные черты, по его мнению, возникают лишь на основе предыдущего развития.

11.4. Индивид, личность, субъект, индивидуальность

Б.Г. Ананьев выделил четыре уровня человеческой организации, представляющих наибольший интерес для научного исследования. К их числу были отнесены *индивид, субъект деятельности, личность, индивидуальность*.

Каждый человек как представитель биологического вида имеет определенные врожденные особенности, т. е. строение его тела обуславливает возможность прямохождения, структура мозга обеспечивает развитие интеллекта, строение руки предполагает возможность использования орудий труда и т. д. Всеми этими чертами младенец человека отличается от детеныша животного. Принадлежность конкретного человека к человеческому роду зафиксирована в понятии **индивид**. Таким образом, понятие «**индивид**» характеризует человека как носителя определенных биологических свойств.

Появляясь на свет как индивид, человек включается в систему общественных взаимоотношений и процессов, в результате чего приобретает особое социальное качество — он становится **личностью**. Это происходит потому, что человек, включаясь в систему общественных связей, выступает в качестве **субъекта — носителя сознания, которое формируется и развивается в процессе деятельности**.

В свою очередь, особенности развития всех этих трех уровней характеризуют неповторимость и своеобразие конкретного человека, определяют его **индивидуальность**. Таким образом, понятие «**личность**» характеризует один из наиболее значимых уровней организации человека, а именно **особенности его развития как социального существа**. Следует отметить, что в отечественной психологической литературе можно найти некоторое расхождение во взглядах на иерархию организации человека. В частности, такое противоречие можно обнаружить у представителей

московской и санкт-петербургской психологических школ. Например, представители московской школы, как правило, не выделяют уровень «субъекта», объединяя биологические и психические свойства человека в понятии «индивид». Однако, несмотря на определенные расхождения, понятие «личность» в отечественной психологии соотносится с социальной организацией человека.

Таким образом, **человек** – это представитель биологического вида, имеющий определенные врожденные особенности.

Индивид – это отдельный представитель человеческой общности, носитель индивидуально своеобразных черт; выходящее за рамки природной ограниченности социальное существо, владеющее собственным поведением и психическими процессами.

Субъект деятельности — активный источник познания и преобразования действительности; носитель сознания, которое формируется и развивается в процессе деятельности.

Личность – 1. социальная сторона, социальное качество в человеке; 2. конкретный человек, представитель определенной социальной общности (нация, класс, коллектив и т. д.) занимающийся определенными видами деятельности, осознающий свое отношение к окружающей среде и имеющий свои индивидуальные особенности; 3. системное качество, приобретаемое индивидом в предметной деятельности и общении, характеризующее его со стороны включенности в общественные отношения; 4. человеческий индивид в аспекте его социальных качеств, формирующихся в процессе исторически конкретных видов деятельности и общественных отношений; 5. относительно устойчивая система поведения индивида, построенная, прежде всего на основе включенности в социальный контекст. Стержневым образованием личности является самооценка, которая строится на оценках индивида другими людьми и его оценивании этих других.

Индивидуальность – это уникальный набор более или менее стандартных психологических качеств, свойственных отдельному человеку.

Соотношение рассматриваемых понятий представлено в таблице 11.2.

Таблица 11.2. Соотношение понятий «индивид», «субъект», «личность», «индивидуальность»

Понятие	Определение	Характерные признаки
Индивид	Человек как типичный представитель своего вида, носитель природно обусловленных свойств	Пол, биохимические и физиологические особенности, возраст, тип конституции, нейродинамика, биологические потребности, эмоции, задатки
Субъект	Человек как типичный носитель видов человеческой активности	Темперамент, сознание, воля, мышление, восприятие, чувства, способности, действия, речь

Понятие	Определение	Характерные признаки
Личность	Человек как типичный представитель сформировавшего его общества	Направленность, ценности, социальные потребности, социальный статус, сознательные цели
Индивидуальность	Человек, охарактеризованный в аспекте его неповторимости, непохожести на других людей	Индивидуальные особенности, характер, социально обусловленная деятельность, самооценка, жизненный опыт, «Я-концепция», потребность в самореализации

Процесс перехода (превращения) одной формы развития личности в следующую стадию закономерно происходит по мере взросления человека, но сроки этих превращений отличаются в зависимости от сопутствующих социальных условий.

Человек рождается как индивид. После формирования сознания человек становится субъектом, активно преобразующим мир. В процессе включения в систему общественных отношений формируется личность. Здесь следует отметить, что наступление последующей стадии не уничтожает предыдущую: человек, ставший субъектом в связи с формированием сознания и речи, не перестает быть индивидом, но может рассматриваться и как индивид, и как субъект. Таким образом, каждая последующая стадия включает в себя все предыдущие.

11.5. Основные теории личности

Для разделения существующих теорий личности на отдельные группы используют различные подходы. С точки зрения главной движущей причины поведения теории личности делят на психодинамические, социодинамические и интеракционистские. *Психодинамические* теории описывают личность и объясняют поведение человека исходя из его внутренних характеристик. *Социодинамические* теории описывают личность и объясняют поведение человека исходя из внешних, социальных обстоятельств его жизни. *Интеракционистские* теории основаны на взаимодействии внутренних и внешних факторов.

Исходя из способа получения данных о личности, теории делятся на экспериментальные и априорные. *Экспериментальные* теории личности построены на анализе и обобщении собранных опытным путем данных. *Априорные* теории опираются на жизненные впечатления авторов, наблюдения и их размышления.

Теории личности можно также разделять исходя из того, что является основным предметом исследования: структурные особенности личности или особенности ее развития. Исходя из этого различают *структурные* теории,

изучающие, главным образом, структуру личности, и *динамические* теории, в которых основное внимания уделяется развитию личности.

Классификацию теорий можно строить из того, через какие понятия описывается личность: через черты, качества и свойства личности или же через типы личности и формы поведения. В первом случае мы будем иметь дело с *теориями черт* (которые делают акцент на отдельные внутренние свойства и черты личности), а во втором – с *теориями типов*, которые построены на объединении людей в личностные типы с характерным для них поведением. Исходя из этой классификации, например, теория личности Кеттела относится к психодинамическим экспериментальным, структурным теориям личностных черт, а теория Фрейда относится к психодинамическим, априорным, динамическим теориям типов.

К наиболее известным сегодня относят теории личности следующих ученых:

- Зигмунд Фрейд – психоаналитическая теория личности;
- Карл Юнг – теория жизненных типов и коллективного бессознательного;
- Эрик Эриксон – теория жизненного цикла;
- Гордон Олпорт – диспозиционная теория личности;
- Альфред Адлер – индивидуальная теория личности;
- Вильгельм Райх – телесно-ориентированная теория психосоматических связей;
- Уильям Джеймс – теория психологии сознания;
- Беррес Фредерик Скиннер – бихевиоризм;
- Джордж Келли – теория личностных конструктов;
- Карл Роджерс – гуманистическая теория личности;
- Абрахам Маслоу – трансперсональная психология;
- Эрих Фромм – гуманистический психоанализ;
- Рэймонд Бернард Кеттел – теория черт личности;
- Курт Левин – теория жизненного пространства;
- А. Бандура и Дж. Роттер – поведенческая теория личности.

В своих подходах к изучению личности *Гордон Олпорт* подчеркивал поведенческий аспект личности, определяя личность как динамическую организацию всех психофизических систем человека, детерминирующую его поведение и мышление; *Зигмунд Фрейд* определял личность как сложную систему непрерывно взаимодействующих сознательных и бессознательных структур психики; *Карл Густав Юнг* подчеркивал связь конкретной личности с коллективным бессознательным; *Альфред Адлер* рассматривал личность как часть социальной системы, неразрывно связанная с другими; *Эрик Эриксон* рассматривал личность в аспекте ее поэтапного становления, включающего ряд психосоциальных кризисов и т. д. Таким образом, западная психологическая наука рассматривала личность преимущественно как объединение всех характеристик индивида в единую структуру, которая, сохраняя определенное

постоянство, все же изменяется в результате адаптации к меняющейся среде обитания.

В отечественной психологии личность выступает как набор качеств, свойств, черт, особенностей психики человека. *А.В. Петровский* назвал такой подход «коллекционерским». В соответствии с системным подходом *А.Н. Леонтьева*, личность – это психологическое образование особого типа, порождаемое жизнью человека в обществе. Он разделил эти характеристики на две группы: индивидные и личностные. По его мнению, индивидные свойства, в том числе генотипически обусловленные, могут многообразно меняться в ходе жизни человека. Но от этого они не становятся личностными, потому что личность не есть обогащенный предшествующим опытом индивид. Свойства индивида не переходят в свойства личности. Даже трансформированные, они так и остаются индивидными свойствами, не определяя складывающейся личности, а составляя лишь предпосылки и условия ее формирования.

По мнению *Б.Г. Ананьева*, личность – это общественный индивид, объект и субъект исторического процесса, то есть свойство быть личностью присуще человеку не как биологическому существу, а как социальному. Личность изменяется как в процессе истории человека, так и в процессе индивидуального развития. Человек рождается биологическим существом, а личностью становится в процессе онтогенеза путем усвоения общественно-исторического опыта человечества.

Еще более точно соотношение социального, психического и биологического в структуре личности представлено в концепции *К.К. Платонова*, подразумевавшего под личностью биосоциальную иерархическую структуру, в которую входят биологически обусловленные особенности личности; особенности ее отдельных психических процессов; уровень ее подготовленности (опыта личности) и социально обусловленные качества личности.

Позднее известный отечественный психолог *Б.Ф. Ломов* пришел к выводу, что формирование и развитие личности необходимо рассматривать как усвоение ею социальных программ, сложившихся в конкретном обществе на конкретной исторической ступени.

Личностью человек не рождается, а становится. С этой точкой зрения сегодня согласно большинство психологов. Однако по вопросу о том, каким законам подчиняется развитие личности, существуют различные точки зрения. Эти расхождения вызваны различным пониманием значения общества и социальных групп для развития личности, а также закономерностей и этапов развития, кризисов развития личности, возможностей ускорения процесса развития и других вопросов.

Контрольные вопросы:

1. Дайте определение личности и раскройте содержание этого понятия.
2. Что входит в структуру личности?

3. Охарактеризуйте основные свойства человека как субъекта деятельности.
4. Объясните суть понятия «индивидуальность».
5. Раскройте соотношение понятий «индивид», «субъект деятельности», «личность» и «индивидуальность».
6. В чем состоит суть концепции структуры личности К.К. Платонова?
7. Раскройте понятие «направленность личности»
8. Охарактеризуйте компоненты направленности личности.
9. В чем состоит концепция развития личности Э. Эриксона?
10. Перечислите подходы к классификации теорий личности.
11. Перечислите и охарактеризуйте известные вам теории личности.
12. Расскажите о структурном подходе А. Н. Леонтьева.
13. Расскажите о том, как рассматривались проблемы личности в работах Б.Г. Ананьева.
14. В чем состоит комплексный подход к исследованию личности Б.Ф. Ломова?

12. Темперамент

12.1. Определение понятия «темперамент».

12.2. Классификации типов темперамента.

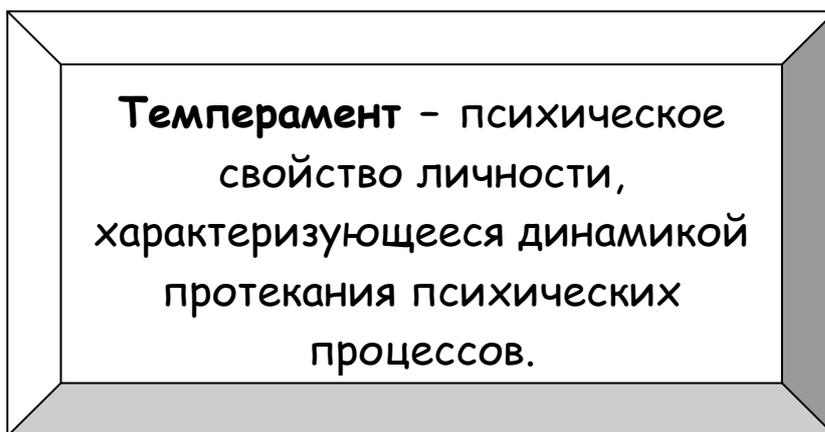
12.3. Психологические характеристики темперамента и особенности деятельности личности.

12.1. Определение понятия «темперамент»

Темперамент является одним из наиболее значимых свойств личности.

При большом разнообразии подходов к трактовке темперамента, большинство исследователей признает, что:

- 1) темперамент является биологическим фундаментом, на котором формируется личность как социальное существо;
- 2) свойства личности, обусловленные темпераментом, являются наиболее устойчивыми и долговременными;
- 3) темперамент обусловлен свойствами нервной системы конкретного человека.



Б.М. Теплов дает следующее определение темперамента: «Темпераментом называется характерная для данного человека совокупность психических особенностей, связанных с эмоциональной возбудимостью, то есть быстротой возникновения чувств, с одной стороны, и силой их – с другой» (Теплов Б.М., 1985). Таким образом, темперамент имеет два компонента – *активность* и *эмоциональность*.

Активность поведения характеризует степень энергичности, стремительности, быстроты или, наоборот, медлительности и инертности. В свою очередь, *эмоциональность* характеризует протекание эмоциональных процессов, определяя знак (положительный или отрицательный) и модальность (радость, горе, страх, гнев и др.).

12.2. Классификации типов темперамента

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 жидкостей по-гречески обозначалось словом «красис», которое позже заменили латинским словом *temperamentum* – «соразмерность», «правильная мера».

Опираясь на учение Гиппократа, другой знаменитый врач античности *Клавдий Гален* (ок. 130-ок. 200 гг.) разработал типологию темпераментов, которую он изложил в трактате «De temperamentum». Им были выделены 13 типов темперамента, которые затем были сведены до четырех: сангвиник (от лат. *sanguis* – кровь), флегматик (от греч. *phlegma* – слизь, мокрота), холерик (от греч. *chole* – желчь) и меланхолик (от греч. *melas chole* – черная желчь). Предложенные Галеном названия типов темперамента до настоящего времени являются самыми распространенными.

Таблица 12.1. Классификация темпераментов К. Галена

Название темперамента	Происхождение названия	Психологические свойства человека с данным темпераментом
Сангвиник	«Сангвис» – кровь	Легкая возбудимость чувств и их малая продолжительность. Склонности непостоянны.
Флегматик	«Флегма» – слизь	Чувства овладевают медленно; легко сохраняет хладнокровие в экстремальных ситуациях, терпеливо переносит невзгоды и редко жалуется.
Холерик	«Холе» – желтая желчь	Находится под влиянием страстей; размышляет мало, действует быстро; вспыльчивый, но отходчивый.

Название темперамента	Происхождение названия	Психологические свойства человека с данным темпераментом
Меланхолик	«Мелайна холе» – черная желчь	Склонен к печали; преувеличивает свои страдания. Чувствителен и легкораним.

Немецкий психолог *Эрнст Кречмер*, автор конституционной теории темперамента, связывал темперамент со строением тела (табл. 12.2).

Таблица 12.2. Классификация темпераментов Э. Кречмера

Название темперамента	Телосложение	Психологические свойства человека с данным темпераментом
Циклотимик	<i>Пикник</i> – человек среднего роста, с мягкими чертами лица, большим животом, короткой шеей	Легко контактирует с людьми, реалистичен во взглядах. Эмоции колеблются между радостью и печалью. Среди этого типа Кречмер выделял «веселых болтунов, спокойных юмористов и беспечных любителей жизни».
Шизотимик	<i>Астеник</i> (лептосоматик) – высокого роста, хрупкого телосложения, с плоской грудной клеткой, узкими плечами и вытянутым лицом	Замкнут, упрям, склонен к абстракции, с трудом приспосабливается к окружению. По мнению Кречмера среди них встречаются «тонко чувствующие джентльмены, идеалисты-мечтатели, холодные властные натуры и эгоисты».
Иксотимик	<i>Атлетик</i> – человек с пропорционально крепким телосложением, высокого или среднего роста, с хорошо выраженной мускулатурой, широким плечевым поясом и узкими бедрами	Спокойный, мало впечатлительный человек со сдержанными жестами и мимикой. Отличается негибкостью мышления.
Смешанный	<i>Диспластик</i> – человек с бесформенным, неправильным строением тела	Смешанный тип темперамента.

Американский ученый *Уильям Герберт Шелдон* ввел в психологию свое представление о темпераментах, основанное на эмбриологических предпосылках (особенностях зародышевого развития), которые обуславливают тип телосложения (табл. 12.3).

Таблица 12.3. Классификация темпераментов У.Г. Шелдона

Название темперамента	Тип эмбрионального развития	Психологические свойства человека с данным темпераментом
Висцеротоник (от лат. «внутренности»)	<i>Эндоморфный</i> тип отличается слабым телосложением с избытком жировой ткани	Любовь к комфорту, замедленная реакция, пристрастие к еде, приветливость к людям, ориентация на общественное мнение, терпимость, хороший сон.
Соматотоник (от лат. «тело»)	<i>Мезоморфный</i> тип характеризуется стройным и крепким телом с развитием мышечной ткани	Склонность к физической деятельности, риску, смелость, энергичность, шумное поведение и пониженная сензитивность.
Церебротоник (от лат «мозг»)	<i>Эктоморфный</i> тип: хрупкое телосложение, плоская грудная клетка, длинные, тонкие конечности	Склонность к уединению, рассуждениям, социофобия, тихий голос и нестандартное поведение.

Русский физиолог *И.П. Павлов* обосновал темперамент человека (а также животных) свойствами нервной системы организма. Он выделил три основных свойства нервной системы: *силу, уравновешенность и подвижность*. В зависимости от сочетания данных свойств он выделил несколько типов высшей нервной деятельности человека (рис. 12.1).

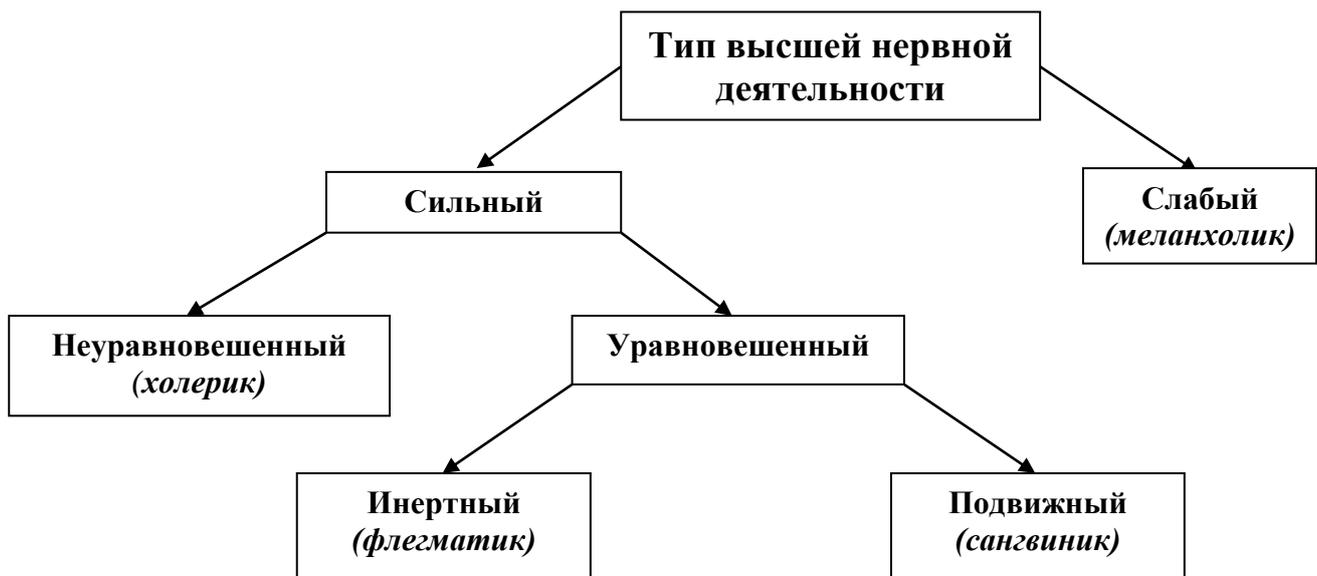


Рис. 12.1. Теория темперамента И.П. Павлова

Соотношение темпераментов по К. Галену и по И.П. Павлову

Меланхолик – это *слабый* тип нервной системы по И.П. Павлову, неспособный выдерживать сильные нагрузки. В ответ на них в центральной нервной системе развивается процесс «запредельного торможения».

Холерик – *сильный* и *неуравновешенный* тип, бурно реагирующий на воздействия, способный к активным действиям и сильным эмоциям, ярко выражающимся в речи, мимике, жестах; нередко вспыльчивый.

Флегматик – *сильный, уравновешенный, инертный* тип нервной системы, способный выдерживать длительные и сильные нагрузки.

Сангвиник – *сильный, уравновешенный, подвижный* тип, с регулярно чередующимися процессами возбуждения и торможения.

12.3. Психологические характеристики темперамента и особенности деятельности личности

Конкретные проявления типа темперамента многообразны. Особенности темперамента человека не только проявляются в его поведении, но и определяют своеобразие динамики познавательной деятельности и сферы чувств, отражаются в побуждениях и действиях человека, а также в характере интеллектуальной деятельности, особенностях речи и т. п.

Учитывая основные свойства темперамента, Я. Стрелаяу дает следующие психологические характеристики основных классических типов темперамента.

Сангвиник. Человек с повышенной реактивностью, но при этом активность и реактивность у него уравновешены. Он живо, возбужденно откликается на все, что привлекает его внимание, обладает живой мимикой и выразительными движениями. По незначительному поводу он громко хохочет, а несущественный факт может сильно его рассердить. По его лицу легко угадать его настроение, отношение к предмету или человеку. У него высокий порог чувствительности, поэтому он не замечает очень слабых звуков и

световых раздражителей. Обладая повышенной активностью и будучи очень энергичным и работоспособным, он активно принимается за новое дело и может долго работать, не утомляясь. Способен быстро сосредоточиться, дисциплинирован, при желании может сдерживать проявление своих чувств и произвольные реакции. Ему присущи быстрые движения, гибкость ума, находчивость, быстрый темп речи, быстрое включение в новую работу. Высокая пластичность проявляется в изменчивости чувств, настроений, интересов и стремлений. Сангвиник легко сходится с новыми людьми, быстро привыкает к новым требованиям и обстановке, без усилий не только переключается с одной работы на другую, но и переучивается, овладевая новыми навыками. Как правило, он в большей степени откликается на внешние впечатления, чем на субъективные образы и представления о прошлом и будущем, т. е. является экстравертом.

Холерик. Как и сангвиник, отличается малой чувствительностью, высокой реактивностью и активностью. Но у холерика реактивность явно преобладает над активностью, поэтому он необуздан, несдержан, нетерпелив, вспыльчив. Он менее пластичен и более инертен, чем сангвиник. Отсюда – большая устойчивость стремлений и интересов, большая настойчивость, возможны затруднения в переключении внимания; он скорее экстраверт.

Флегматик обладает высокой активностью, значительно преобладающей над малой реактивностью, малой чувствительностью и эмоциональностью. Его трудно рассмешить или опечалить. Когда вокруг громко смеются, он может оставаться невозмутимым; при больших неприятностях остается спокойным. Обычно у него бедная мимика, движения невыразительны и замедленны, так же как речь. Он ненаходчив, с трудом переключает внимание и приспосабливается к новой обстановке, медленно перестраивает навыки и привычки. При этом он энергичен и работоспособен. Отличается терпеливостью, выдержкой, самообладанием. Как правило, он трудно сходится с новыми людьми, слабо откликается на внешние впечатления. По своей психологической сути он интроверт.

Меланхолик. Человек с высокой чувствительностью и малой реактивностью. Повышенная чувствительность при большой инертности приводит к тому, что незначительный повод может вызвать у него слезы, он чрезмерно обидчив, болезненно чувствителен. Мимика и движения его невыразительны, голос тихий, движения бедны. Обычно он неуверен в себе, робок, малейшая трудность заставляет его опускать руки. Меланхолик неэнергичен, не настойчив, легко утомляется и малоработоспособен. Ему присуще легко отвлекаемое и неустойчивое внимание, замедленный темп всех психических процессов. Большинство меланхоликов – интроверты.

В современной психологической науке сложилось твердое убеждение в том, что тип темперамента у человека является врожденным и в целом характеризует особенности динамики нервных процессов.

Контрольные вопросы:

1. Охарактеризуйте темперамент как свойство личности. Дайте определение темперамента по Б.М. Теплову.
2. Расскажите об основных типах темперамента (холерический, сангвинический, меланхолический, флегматический).
3. В чем заключается суть учения о темпераменте Гиппократа?
4. Раскройте классификацию типов темперамента по К. Галену.
5. Что вы знаете о типологии темперамента Э. Кречмера?
6. Расскажите о классификации типов темперамента по У. Шелдону.
7. Расскажите об исследовании проблемы темперамента в трудах И.П. Павлова.
8. Соотнесите типологии темперамента по К. Галену и И.П. Павлову.
9. Каковы основные характеристики и свойства темперамента по Я. Стреляу?
10. Расскажите о психологических характеристиках различных типов темперамента и их проявлении в деятельности.

13. Характер. Акцентуации характера

13.1. *Общее представление о характере.*

13.2. *Классификации черт характера.*

13.3. *Акцентуации характера.*

13.4. *Формирование характера.*

13.1. Общее представление о характере

Обычно, когда пытаются оценить или охарактеризовать конкретного человека, говорят о его *характере* (от греч. «печать», «чеканка»). В психологии понятие «характер» означает совокупность индивидуальных психических свойств, складывающихся в деятельности и проявляющихся в типичных для данного человека способах деятельности и формах поведения.

Характер - совокупность устойчивых черт личности, которая обуславливает типичные для индивида способы поведения.

Главная особенность характера как психического феномена состоит в том, что характер всегда проявляется в деятельности, в отношении человека к окружающей его действительности и людям.

Выразительные признаки характера – это признаки, по которым можно делать выводы о наличии у человека тех или иных черт характера. К ним относятся:

1) речь: быстрая – медленная, громкая – тихая, эмоциональная – сухая, императивная – заискивающая;

2) лицо: напряженное – расслабленное; живое – застывшее, добродушное – высокомерное;

3) взгляд: хитрый – прямой, грустный – веселый, высокомерный – заискивающий;

4) поза: гордая – заискивающая; уверенная – робкая.

Характер является прижизненным образованием и может трансформироваться в течение всей жизни. Формирование характера самым тесным образом связано с мыслями, чувствами и побуждениями человека.

Формирование характера происходит в различных по своим особенностям и уровню развития группах (семья, класс, трудовой коллектив, дружеская компания, спортивная команда и др.). В зависимости от того, какая группа является для личности референтной, и какие ценности поддерживает и культивирует эта группа, у человека развиваются соответствующие *черты характера*.

Под *чертами характера* понимают психические свойства человека, определяющие его поведение в типичных обстоятельствах. Например, смелость или трусость проявляются в ситуации опасности, общительность или замкнутость – в ситуации общения и т. д.

13.2. Классификации черт характера

Существует довольно много **классификаций** черт характера. В отечественной психологической литературе чаще всего встречаются два подхода: *по психическим процессам* (волевые, эмоциональные, интеллектуальные, а в последнее время добавляют и моральные качества), и *по направленности личности* (в отношении к людям, деятельности, окружающему миру и себе). Они представлены в таблицах 13.1 и 13.2.

Таблица 13.1. Классификация черт характера по психическим процессам

Разновидности	Примеры
Волевые	Решительность, настойчивость, самообладание, самостоятельность, активность, организованность, неуверенность, смелость и др.
Эмоциональные	Порывистость, впечатлительность, горячность, инертность, безразличие, жизнерадостность и др.
Интеллектуальные	Глубокомыслие, сообразительность, находчивость, любознательность, легкомысленность, вдумчивость и др.
Моральные	Честность, порядочность, жестокость, отзывчивость, доброта и др.

Таблица 13.2. Классификация черт характера по направленности личности

Разновидности	Примеры
Отношение к людям	Общительность, чуткость, вежливость, эгоизм, альтруизм
Отношение к деятельности	Добросовестность, лень, трудолюбие, амбициозность
Отношение к окружающему миру	Принципиальность, беспринципность

Все черты личности человека можно условно разделить на *мотивационные* (побуждают и направляют деятельность) и *инструментальные* (придают деятельности определенный стиль). Характер может проявляться в выборе цели действия, то есть как мотивационная черта личности. Однако, когда цель определена, характер выступает больше в своей инструментальной роли – определяет средства достижения поставленной цели.

Э. Кречмер выделил и описал четыре наиболее часто встречающихся типа строения тела, или конституции, человека. В соответствии с типом телосложения он выделил три основных типа темперамента. Помимо этого, он предпринимал попытки объяснить поведение человека, связав его с типом телосложения. В результате им был сделан вывод о том, что тип телосложения может быть связан со склонностью к психическим заболеваниям. Например, маниакально-депрессивным психозом чаще всего болеют люди с крайне выраженными чертами *пикника*. К шизофреническим заболеваниям более склонны *астеники* и *атлетики*. Хотя у Э. Кречмера не было научно обоснованных доказательств высказанной им идеи, практический опыт показывает, что определенная связь между типом характера и телосложением существует, например, у людей с определенным типом строения тела отмечаются *акцентуации* соответствующих черт характера.

13.3. Акцентуации характера

Об *акцентуациях характера* говорят, когда количественная выраженность той или иной черты характера достигает предельных величин и оказывается у крайней границы нормы. При этом у индивида появляется повышенная уязвимость к одним стрессовым факторам при устойчивости к другим. Это может приводить к психопатии.

Акцентуация характера – крайний вариант нормы как результат усиления отдельных черт характера.

Понятие «акцентуации» было введено в психологию К. Леонгардом. Его концепция «акцентуированных личностей» основывалась на предположении о наличии основных и дополнительных черт личности. Основных черт значительно меньше, но они являются стержнем личности, определяют ее развитие, адаптацию и психическое здоровье. При значительной выраженности основных черт они накладывают отпечаток на личность в целом, и при неблагоприятных обстоятельствах они могут разрушить всю структуру личности.

По мнению К. Леонгарда, акцентуации личности проявляются, прежде всего, в общении с другими людьми, поэтому, оценивая стили общения, можно выделить определенные типы акцентуаций. Типы акцентуаций по классификации К. Леонгарда представлены в таблице 13.3.

Таблица 13.3. Акцентуации характера по К. Леонгарду

Тип акцентуации	Характерные признаки
Гипертимный тип	Чрезвычайная контактность, словоохотливость, выраженность жестов, мимики, пантомимики. Часто спонтанно отклоняется от первоначальной темы разговора. Случаются конфликты с окружающими людьми из-за недостаточно серьезного отношения к своим служебным и семейным обязанностям. Люди подобного типа нередко сами бывают инициаторами конфликтов, но огорчаются, если окружающие делают им замечания по этому поводу. Партнеров по общению в людях данного типа привлекают энергичность, жажда деятельности, оптимизм, инициативность. Вместе с тем обладают и некоторыми отталкивающими чертами: легкомыслием, склонностью к аморальным поступкам, повышенной раздражительностью, прожектерством, недостаточно серьезным отношением к своим обязанностям. Они трудно переносят условия жесткой дисциплины, монотонную деятельность, вынужденное одиночество.
Дистимный тип	Низкая контактность, немногословность, доминирующее пессимистическое настроение. Такие люди являются обычно домоседами, тяготеют шумным обществом, редко вступают в конфликты с окружающими, ведут замкнутый образ жизни. Они высоко ценят тех, кто с ними дружит, и готовы им подчиняться. Черты, привлекательные для партнеров по общению: серьезность, добросовестность, обостренное чувство справедливости. Есть у них и отталкивающие черты. Это пассивность, замедленность мышления, неповоротливость,

Тип акцентуации	Характерные признаки
	индивидуализм.
Циклоидный тип	Частые периодические смены настроения, в результате чего так же часто меняется манера общения с окружающими людьми. В период повышенного настроения такие люди являются общительными, а в период подавленного – замкнутыми. Во время душевного подъема они ведут себя как люди с гипертимной акцентуацией характера, а в период спада – как люди с дистимной акцентуацией.
Возбудимый тип	Низкая контактность в общении, замедленность вербальных и невербальных реакций. Нередко такие люди зануд-липы и угрюмы, склонны к хамству и брани, к конфликтам, в которых сами являются активной, провоцирующей стороной. Они неуживчивы в коллективе, властны в семье. В эмоционально спокойном состоянии люди данного типа часто добросовестные, аккуратные, любят животных и маленьких детей. Однако в состоянии эмоционального возбуждения они бывают раздражительными, вспыльчивыми, плохо контролируют свое поведение.
Застревающий тип	Умеренная общительность, занудливость, склонность к нравоучениям, неразговорчивость. В конфликтах такой человек обычно выступает инициатором, активной стороной. Он стремится добиться высоких показателей в любом деле, за которое берется, предъявляет повышенные требования к себе и другим. Особо чувствителен к социальной справедливости, обидчив, уязвим, подозрителен, мстителен. Иногда чрезмерно самонадеян, честолюбив, ревнив, предъявляет непомерные требования к близким и к подчиненным на работе.
Педантичный тип	Последовательный, упорный, внимательный к мелочам. Редко вступает в конфликты, выступая в них скорее пассивной, чем активной стороной. На службе ведет себя как бюрократ, предъявляя окружающим много формальных требований. Вместе с тем он с охотой уступает лидерство другим людям. Иногда изводит домашних чрезмерными претензиями на аккуратность. Его привлекательные черты: добросовестность, аккуратность, серьезность,

Тип акцентуации	Характерные признаки
	надежность в делах, а отталкивающие и способствующие возникновению конфликтов – формализм, брюзжание, занудливость.
Тревожный тип	Низкая контактность, робость, неуверенность в себе, минорное настроение. Они редко вступают в конфликты с окружающими, играя в них в основном пассивную роль, в конфликтных ситуациях ищут поддержки и опоры. Нередко располагают следующими привлекательными чертами: дружелюбием, самокритичностью, исполнительностью. Вследствие своей незащищенности также нередко служат «козлами отпущения», мишенями для шуток.
Эмотивный тип	предпочитают общение в узком кругу избранных, с которыми устанавливаются хорошие контакты, которых они понимают «с полуслова». Редко сами вступают в конфликты, играя в них пассивную роль. Обиды носят в себе, не «выплескивая» наружу. Привлекательные черты: доброта, сострадательность, обостренное чувство долга, исполнительность. Отталкивающие черты: чрезмерная чувствительность, слезливость.
Демонстративный тип	Легкость в установлении контактов, стремление к лидерству, жажда власти и похвалы. Люди такого типа раздражают окружающих самоуверенностью и высокими притязаниями, склонностью к интригам (при внешней мягкости манеры общения). Они обладают следующими чертами, привлекательными для партнеров по общению: обходительностью, артистичностью, способностью увлечь других, неординарностью мышления и поступков. Их отталкивающие черты: эгоизм, лицемерие, хвастовство, отлынивание от работы.
Экзальтированный тип	Высокая контактность, словоохотливость, влюбчивость. Такие люди часто спорят, но не доводят дело до открытых конфликтов. В конфликтных ситуациях они бывают как активной, так и пассивной стороной. Вместе с тем лица данной типологической группы привязаны и внимательны к друзьям и близким. Они альтруистичны, имеют чувство сострадания, хороший вкус, проявляют яркость и искренность чувств. Отталкивающие черты:

Тип акцентуации	Характерные признаки
	паникерство, подверженность сиюминутным настроениям.
Экстравертированный тип	Высокая контактность, наличие большого количества друзей, знакомых, словоохотливость до болтливости, открытость для любой информации. Редко вступают в конфликты с окружающими и обычно играют в них пассивную роль. В общении с друзьями, на работе и в семье они часто уступают лидерство другим, предпочитают подчиняться и находиться в тени. Они располагают такими привлекательными чертами, как готовность внимательно выслушать другого, сделать то, о чем просят, исполнительность. Отталкивающие особенности: подверженность влиянию, легкомыслие, необдуманность поступков, страсть к развлечениям, к участию в распространении сплетен и слухов.
Интровертированный тип	Очень низкая контактность, замкнутость, оторванность от реальности, склонность к философствованию. Такие люди любят одиночество. Вступают в конфликты с окружающими только при попытках бесцеремонного вмешательства в их личную жизнь. Бывают эмоционально холодными идеалистами, относительно слабо привязанными к людям. Привлекательные черты – сдержанность, наличие твердых убеждений, принципиальность. Отталкивающие черты – упрямство, ригидность мышления, упорное отстаивание своих идей. Такие люди на все имеют свою точку зрения, которая может оказаться ошибочной, резко отличаться от мнения других людей, и, тем не менее, они продолжают ее отстаивать, несмотря ни на что.

А.Е. Личко определяет понятие «акцентуация характера» как чрезмерное усиление отдельных черт характера, при котором наблюдаются не выходящие за пределы нормы отклонения в психологии и поведении человека, граничащие с патологией.

Классификация акцентуаций характеров у подростков, предложенная *А.Е. Личко*, представлена в таблице 13.4.

Таблица 13.4. Акцентуации характера по А.Е. Личко

Тип акцентуации	Характерные признаки
Гипертимный тип	Подвижность, общительность, склонность к озорству.
Циклоидный тип	Повышенная раздражительность и склонность к апатии. Подростки данного типа предпочитают находиться дома одни, вместо того чтобы где-то бывать со сверстниками.
Лабильный тип	Представители этого типа крайне изменчивы в настроении, причем оно зачастую непредсказуемо.
Астеноневротический тип	Повышенная мнительность и капризность, утомляемость и раздражительность. Особенно часто утомляемость проявляется при выполнении трудной умственной работы.
Сензитивный тип	Повышенная чувствительность ко всему: к тому, что радует, и к тому, что огорчает или пугает. Эти подростки не любят больших компаний, слишком азартных, подвижных озорных игр.
Психастенический тип	Ускоренное и раннее интеллектуальное развитие, склонность к размышлениям и рассуждениям, к самоанализу и оценкам поведения других людей. Такие подростки, однако, нередко бывают больше сильны на словах, а не на деле.
Шизоидный тип	Наиболее существенная черта этого типа – замкнутость. Эти подростки не очень тянутся к сверстникам, предпочитают быть одни, находиться в компании взрослых.
Эпилептоидный тип	Представители этого типа часто плачут, изводят окружающих, особенно в раннем детстве. Такие дети любят мучить животных, дразнить младших, издеваться над беспомощными. В детских компаниях они ведут себя как диктаторы.
Истероидный тип	Главная черта этого типа – эгоцентризм, жажда постоянного внимания к собственной особе. У подростков данного типа нередко выражена склонность к театральности, позерству, рисовке.
Неустойчивый тип	Этот тип характера подростков иногда неверно характеризуют, приписывая ему такие черты как, «слабоволие» и «склонность плыть по течению». На самом деле подростки данного типа обнаруживают повышенную склонность и тягу к развлечениям,

Тип акцентуации	Характерные признаки
	причем без разбора, а также к безделью и праздности.
Конформный тип	Данный тип демонстрирует бездумное, а часто просто конъюнктурное подчинение любым авторитетам, большинству в группе.

13.4. Формирование характера

Характер является прижизненным образованием. Истоки характера человека и первые признаки его проявления следует искать в самом начале жизни. Основную роль в формировании и развитии характера ребенка играет его общение с окружающими его людьми. В поступках и формах поведения ребенок, прежде всего, подражает своим близким. При помощи прямого научения через подражание и эмоциональное подкрепление он усваивает формы поведения взрослых.

Сензитивным периодом для становления характера можно считать возраст от 2-3 до 9-10 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.

Весьма важны для становления характера ребенка стиль общения взрослых друг с другом, а также способ обращения взрослых с самим ребенком. В первую очередь это относится к обращению родителей, особенно матери, с ребенком. То, как действуют родители в отношении ребенка, спустя много лет становится способом обращения его со своими детьми.

Раньше других в характере человека закладываются такие черты, как доброта, общительность, отзывчивость, а также противоположные им качества – эгоистичность, черствость, безразличие к людям. Формирования этих черт характера начинается с первых месяцев жизни и определяется тем, как мать обращается с ребенком.

Те свойства характера, которые наиболее ярко проявляются в деятельности (трудолюбие, аккуратность, добросовестность, ответственность, настойчивость) складываются 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).

Часто понятия «темперамент» и «характер» используются как тождественные. Несмотря на неразрывную взаимосвязь этих психических свойств (характер формируется на основе темперамента), между ними существует ряд важнейших отличий. Основные различия отражены в таблице 13.5.

Таблица 13.5. Различия между темпераментом и характером

Темперамент	Характер
Определяется на генетическом уровне	Формируется прижизненно
Зависит от свойств нервной системы организма	Зависит от влияния социальной среды и типа темперамента
Устойчив в течение всей жизни либо длительного ее периода	Изменяется на протяжении жизни

Контрольные вопросы:

1. Раскройте суть понятия «характер».
2. Перечислите выразительные признаки характера.
3. В чем выражаются особенности характера как психического феномена?
4. Какие закономерности формирования характера вы знаете?
5. Раскройте классификацию черт характера по психическим процессам.
6. Раскройте классификацию черт характера по направленности личности.
7. Объясните разделение черт характера на мотивационные и инструментальные
8. Раскройте суть понятия «акцентуация характера».
9. Расскажите о концепциях акцентуаций характера, предложенных К. Леонгардом и А.Е. Личко.
10. В чем проявляется взаимосвязь характера и темперамента и их различия?
11. Какие особенности формирования характера в детском возрасте вы знаете?
12. Что такое «сензитивный период»?

14. Способности

14.1. Психологическая характеристика способностей.

14.2. Уровни развития способностей.

14.3. Структура способностей.

14.4. Классификации способностей.

14.1. Психологическая характеристика способностей

Способности - индивидуальные особенности и свойства личности, которые являются условиями успешного выполнения определенного вида деятельности

Б.М. Теплов выделил следующие три основных признака понятия «способность».

1) под способностями понимаются индивидуально-психологические особенности, отличающие одного человека от другого; никто не станет говорить о способностях там, где речь идет о свойствах, в отношении которых все люди равны;

2) способностями называют не всякие индивидуальные особенности, а лишь такие, которые имеют отношение к успешности выполнения какой-либо деятельности или многих деятельностей;

3) понятие «способность» не сводится к тем знаниям, навыкам или умениям, которые уже выработаны у данного человека.

14.2. Уровни развития способностей

По отношению к знаниям, умениям и навыкам способности человека выступают как некоторая возможность. Способности человека только тогда превратятся в знания и умения, если у человека будут все условия для развития его способностей, а сам он будет много трудиться над их развитием.

Б.М. Теплов считал, что способности не могут существовать иначе как в постоянном процессе развития. Способность, которая не развивается, которой на практике человек перестает пользоваться, со временем утрачивается. Только благодаря постоянным упражнениям, связанным с систематическими занятиями такими сложными видами человеческой деятельности, как музыка, техническое и художественное творчество, математика, спорт и т. п., мы поддерживаем и развиваем у себя соответствующие способности.

Таблица 14.1. Уровни развития способностей

Уровень	Описание
Задатки	Врожденные анатомо-физиологические особенности строения нервной системы и организма в целом, составляющие индивидуальные предпосылки формирования и развития способностей.
Склонности	Первый и наиболее ранний признак зарождающейся способности. Склонность проявляется в стремлении человека к занятиям определенным видом деятельности.
Способности	Индивидуальные особенности личности, которые являются условиями успешного выполнения какой-либо одного или нескольких видов деятельности.
Одаренность	Сочетание различных развитых способностей, обуславливающее особенно успешную деятельность человека в определенной области или в нескольких областях деятельности.
Талант	Сочетание выдающихся способностей, обуславливающих особенно успешное, самостоятельное и оригинальное выполнение какой-либо деятельности.
Гениальность	Высшая ступень таланта. Способность создавать что-то принципиально новое в общественной жизни, в науке, литературе, искусстве и т. п. Продукты творчества гениального человека являются важным этапом в развитии той или иной отрасли деятельности.

Морфо-физиологической базой для развития способностей являются *задатки*. Так, задатками тех или иных спортивных способностей являются соответствующие строение тела, свойства мышц, развитость зон мозга, отвечающих за координацию движений. Задатками музыкальных способностей будет соответствующее строение улитки и височной коры больших полушарий. Для развития актерских способностей нужно наличие достаточно развитого голосового аппарата и эмоциональных зон мозга, а также хорошая мышечная координация и т. д.

Развитие способностей начинается практически с рождения и может продолжаться всю жизнь. Первичный этап в развитии любой способности связан с созреванием необходимых для нее органических структур или с формированием на их основе нужных функциональных органов. Он обычно охватывает период от рождения ребенка до 6-7 лет. Становление специальных способностей начинается в дошкольном детстве и продолжается в школе, особенно в младших и средних классах. Поначалу развитию этих способностей помогают различного рода игры детей, затем существенное влияние на них

начинает оказывать учебная и трудовая деятельность, особенно если они имеют творческий характер. Оценить, насколько развиты способности у ребенка, можно по динамике их развития, то есть по скорости освоения той или иной деятельности. Для развития способностей ребенка нужны определенные условия (рис. 14.1).



Рис. 14.1. Условия плодотворного развития способностей у ребенка.

Судить о способностях ребенка можно по совокупности следующих показателей:

- скорость продвижения учащегося в овладении соответствующей деятельностью;
- качественный и количественный уровень достижений;
- склонность к занятиям данной деятельностью;
- цена успехов (соотношение достижений и усилий, затрачиваемых для достижения этих результатов).

14.3. Структура способностей

Способности представляют собой совокупность психических качеств, имеющих сложную **структуру**, которая определяется требованиями конкретной деятельности и является различной для разных видов деятельности.

Так, структура *математических способностей* включает ряд частных способностей:

- вычислительные способности;
- логические способности;
- способность к обобщению математического материала;
- гибкость мыслительных процессов при решении математических задач;
- изобретательность;
- пространственное мышление и др.

Структура *литературных способностей* предполагает:

- богатую фантазию;
- наличие ярких наглядных образов памяти;
- чувство языка;
- глубокий интерес к психологии людей;

-
- потребность в самовыражении;
 - высокий уровень развития эстетических чувств и др.

Наследственность имеет большое значение для развития способностей, поскольку особенности анатомо-физиологического строения нервной системы человека в значительной степени определяют его задатки. Но, с другой стороны, сами по себе задатки не означают, что у человека разовьются соответствующие способности. Развитие способностей зависит от многих социальных условий, к числу которых следует отнести особенности воспитания, потребность общества в той или иной деятельности, особенности системы образования и др.

14.4. Классификации способностей

Различают *природные*, или *естественные*, способности (в основе своей биологически обусловленные) и *специфически человеческие способности*, имеющие общественно-историческое происхождение.

Под *природными* способностями понимают те, которые являются общими для человека и животных, особенно высших. Такими элементарными способностями являются восприятие, память, способность к элементарной коммуникации. Мышление с определенной точки зрения также можно рассматривать как способность, которая характерна не только для человека, но и для высших животных. Данные способности непосредственно связаны с врожденными задатками. Формирование способностей на базе этих задатков происходит при наличии элементарного жизненного опыта, через механизмы научения и т. п. В процессе развития человека данные биологические способности способствуют формированию целого ряда других, специфически человеческих способностей.

Специфически человеческие способности принято разделять на *общие* и *специальные* высшие интеллектуальные способности, которые в свою очередь, могут подразделяться на теоретические и практические, учебные и творческие, предметные и межличностные и др.

К *общим* принято относить способности, свойственные для большинства людей и определяющие успехи человека в самых различных видах деятельности, например, мыслительные способности, память, речь, точность ручных движений, различные социально обусловленные способности, обеспечивающие общение и взаимодействие людей.

Под *специальными* способностями подразумеваются те, которые определяют успехи человека в специфических видах деятельности, для осуществления которых необходимы задатки особого рода и их развитие. К таким способностям можно отнести музыкальные, математические, лингвистические, технические, литературные, художественно-творческие, спортивные и др. Наличие у человека общих способностей не исключает развития специальных способностей, и наоборот.

Помимо разделения способностей на общие и специальные принято разделять способности на *теоретические* (предопределяют склонность человека к абстрактно-теоретическим размышлениям) и *практические* (склонность к конкретным практическим действиям). В отличие от общих и специальных способностей теоретические и практические чаще всего не сочетаются друг с другом. Большинство людей обладает или одним, или другим типом способностей. Вместе они встречаются, в основном, у одаренных, разносторонне развитых людей.

Существует также деление на *учебные* и *творческие* способности. Первые определяют успешность обучения, усвоения человеком знаний, умений и навыков, а вторые определяют возможность открытий и изобретений, создания новых предметов материальной и духовной культуры и др.

Ю.В. Щербатых предлагает классификацию, разделяющую общие и специальные способности на простые и сложные (табл. 14.2).

Таблица 14.2. Классификация способностей

Общие способности		Специальные способности	
Такая система индивидуально-волевых свойств личности, которая обеспечивает относительную легкость и продуктивность в овладении знаниями и осуществлении <i>различных видов деятельности</i>		Такая система свойств личности, которая помогает достигнуть высоких результатов в <i>какой-либо специальной области деятельности</i> , например литературной, изобразительной, музыкальной и т. п.	
Элементарные	Сложные	Элементарные	Сложные
<i>Присущие всем людям, но в разной степени выраженные способности, в том числе связанные с основными формами психического отражения: способность ощущать, воспринимать, мыслить, переживать, запоминать</i>	Способности к <i>общечеловеческим видам сложной деятельности</i> : труду, учению, игре, общению друг с другом, в той или иной степени <i>присущие всем людям</i> . Каждая из входящих в эту группу способностей представляет собой сложную структуру свойств личности	Способности, <i>присущие не всем людям</i> . Они предполагают определенную выраженность <i>отдельных сторон психофизических процессов</i> : глазомер, музыкальный слух, координацию движений и другие, специфические для определенного вида деятельности	Способности, <i>присущие не всем людям</i> . Они являются способностями к определенным видам профессиональной деятельности. К ним относят музыкальные, художественные, литературные, инженерные и другие <i>профессиональные способности</i>

Контрольные вопросы:

1. Дайте определение способностей.
2. Перечислите основные признаки понятия способностей по Б.М. Теплову.
3. Охарактеризуйте уровни развития способностей.
4. В чем выражается соотношение способностей и успешности обучения?
5. Как особенности семейного воспитания влияют на развитие способностей?
6. Какие вы знаете классификации способностей?
7. Дайте характеристику общих способностей человека.
8. Приведите примеры специальных способностей.
9. Охарактеризуйте теоретические и практические способности.
10. Соотнесите учебные и творческие способности.
11. Приведите примеры структуры различных способностей.
12. Каково влияние наследственных факторов на развитие способностей?

15. Личность и деятельность.

15.1. *Взаимосвязь психики, поведения и деятельности.*

15.2. *Ведущая деятельность*

15.3. *Деятельностный подход в психологии.*

15.4. *Структура деятельности*

15.5. *Мотивы и мотивация деятельности.*

15.6. *Виды деятельности.*

15.1. Взаимосвязь психики, поведения и деятельности

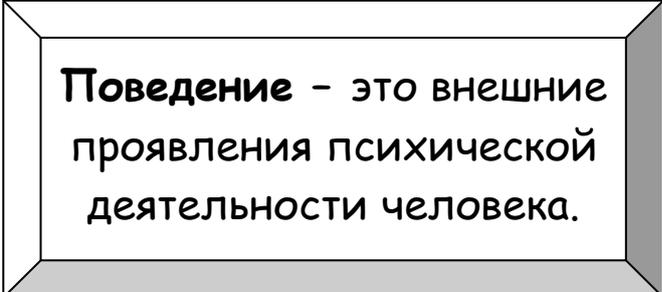
Психика – особая форма отражения окружающего мира, свойственная высокоорганизованной материи. Получаемая живым существом информация об окружающем мире служит основой для регуляции внутренней среды живого организма и формирования его **поведения**.

Поведение возникло как форма приспособления к условиям внешней среды. К фактам поведения можно отнести:

- отдельные движения и жесты (например, поклон, кивок, сжимание руки);

- внешние проявления физиологических процессов, связанных с состоянием, деятельностью, общением людей (например, поза, мимика, взгляды, покраснение лица, дрожь и тому подобное);

- действия, которые имеют определенный смысл;



Поведение – это внешние проявления психической деятельности человека.

- поступки, которые имеют социальное значение и связаны с нормами поведения.

Поступок – действие, выполняя которое человек осознает его значение для других людей, то есть, его социальный смысл.

Деятельность – это активное взаимодействие человека со средой, в котором он достигает сознательно поставленной цели, возникшей в результате появления у него определенной потребности, мотива

Личность формируется и проявляется в деятельности. Главной характеристикой деятельности является ее *предметность*. Под предметом подразумевается не просто природный объект, а предмет культуры, в котором зафиксирован определенный общественно выработанный способ действия с ним. Этот способ воспроизводится всякий раз, когда осуществляется предметная деятельность.

Другая характеристика деятельности – ее *социальная, общественно-историческая природа*. Самостоятельно открыть формы деятельности с предметами человек не может. Это делается с помощью других людей, которые демонстрируют образцы деятельности и включают человека в совместную деятельность. Переход от деятельности, разделенной между людьми и выполняемой во внешней (материальной) форме, к деятельности индивидуальной (внутренней) и составляет основное направление формирования психологических новообразований (знаний, умений, способностей, мотивов, установок и так далее).

Деятельность всегда носит *опосредованный* характер. В роли средств выступают орудия, материальные предметы, знаки, символы и общение с другими людьми. Осуществляя любой акт деятельности, мы реализуем в нем определенное отношение к другим людям, если они даже реально и не присутствуют в момент совершения деятельности.

15.2. Ведущая деятельность

Этапы развития личности характеризуются соответствующими видами

Ведущая деятельность – это деятельность, выполнение которой определяет возникновение и формирование основных психических новообразований человека на данной ступени развития его личности

ведущей деятельности.

Д. Б. Элькониным создан концепцию периодизации психического развития личности, основанную на понятии ведущей деятельности. Ее этапы представлены в таблице 15.1.

Таблица 15.1. Возрастная периодизация ведущей деятельности

Возраст	Ведущая деятельность
Младенческий период (от рождения до 1 года)	Общение со взрослыми (непосредственно-эмоциональное общение)
Раннее детство (1-3 года)	Предметно-орудийная или предметно-манипулятивная, в ходе которой развивается наглядно-действенное мышление
Дошкольный возраст (3-7 лет)	Ролевая игра, направленная на ориентацию ребёнка в системе социальных и межличностных отношений, системе задач, смыслов и мотивов человеческой деятельности, осуществляемая путём принятия роли
Младший школьный возраст (7-11 лет)	Учение, в процессе которого происходит формирование памяти, усвоение знаний о предметах и явлениях окружающего мира, взаимоотношениях в коллективе
Подростковый возраст (11-15 лет)	Общение со сверстниками (интимно-личностное)
Старший школьный возраст (15-17 лет)	Учебно-профессиональная, в процессе которой происходит формирование мировоззрения, профессиональных интересов, самосознания, идеалов
Поздняя юность (18-20/23)	Учебно-профессиональная, трудовая
Зрелость (20/23-55)	Трудовая, внутрисемейные отношения

15.3. Деятельностный подход в психологии

Деятельностный подход в психологии развивали многие известные российские психологи: Л. С. Выготский, А. Н. Леонтьев, П. Я. Гальперин и др. В результате исследования этих и других ученых в отечественной психологической науке сложились определенные принципы деятельностного подхода. Эти принципы представлены в таблице 15.2.

Таблица 15.2. Принципы деятельностного подхода в психологии

Принцип	Содержание
Принцип единства сознания и деятельности	Сознание не может быть замкнутым в самом себе и проявляется только в деятельности.
Принцип активности	Деятельность – это активный целенаправленный процесс преобразования действительности; при этом часть активности человека носит надситуативный характер, то есть не обусловлена непосредственными стимулами внешней среды
Принцип предметности	Действия человека предметны
Принцип социальной обусловленности	Цели деятельности носят социальный характер
Принцип единства построения внешней и внутренней деятельности	Прежде чем начать преобразование внешнего мира, человек сначала производит эти действия в своем сознании
Принцип развития	Любая деятельность человека складывается и развивается постепенно в процессе онтогенеза и процессов научения
Принцип историзма	Деятельность может быть адекватно объяснена только в контексте исторического развития общества

15.4. Структура деятельности

Структура деятельности включает несколько уровней:

- уровень особых видов деятельности (верхний уровень);
- уровень действий;
- уровень операций;
- уровень психофизиологических функций (самый низший уровень).

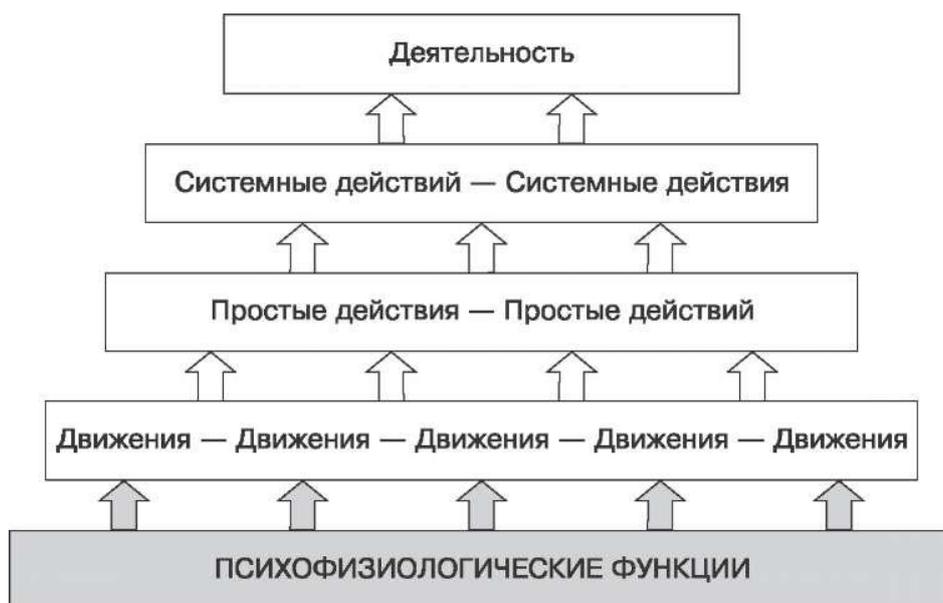


Рис. 15.1. Структурно-морфологический анализ деятельности

Один из подходов к рассмотрению структуры деятельности представлен на рисунке 15.2.

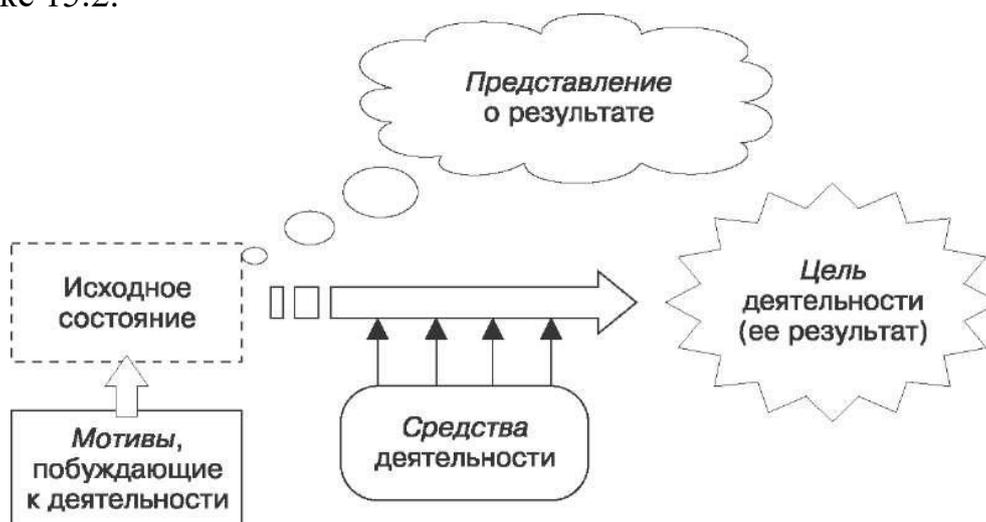


Рис. 15.2. Структура деятельности

Действие – основная единица анализа деятельности, процесс, направленный на достижение цели. Действие имеет подобную деятельности структуру: цель – мотив, способ – результат.

Различают действия:

- сенсорные (действия по восприятию объектов);
- моторные (двигательные действия);
- волевые;
- мнемические (действия памяти);
- внешние предметные (направленные на изменение состояния или свойств предметов внешнего мира);

- умственные (действия, выполняемые во внутреннем плане сознания).

Действие имеет подобную деятельности структуру: цель – мотив, способ – результат. Выделяют следующие **компоненты действия**.

Сенсомоторные процессы – это процессы, в которых осуществляют связь восприятия и движения. В этих процессах различают четыре психических акта:

- сенсорный момент реакции – процесс восприятия;
- центральный момент реакции – более или менее сложные процессы, связанные с переработкой воспринятого, иногда различием, узнаванием, оценкой и выбором;
- моторный момент реакции – процессы, определяющие начало и ход движения;
- сенсорные коррекции движения (обратная связь).

Идеомоторные процессы связывают представления о движении с выполнением движения. Проблема образа и его роли в регуляции моторных актов – центральная проблема психологии правильных движений человека.

Эмоционально-моторные процессы – это процессы, связывающие выполнение движения с эмоциями, чувствами, психическими состояниями, переживаемыми человеком.

Интериоризация – процесс перехода от внешнего, материального действия к внутреннему, идеальному действию.

Экстериоризация – процесс превращения внутреннего психического действия во внешнее действие.

Функционально-динамический анализ структуры деятельности представлен на рисунке 15.3.

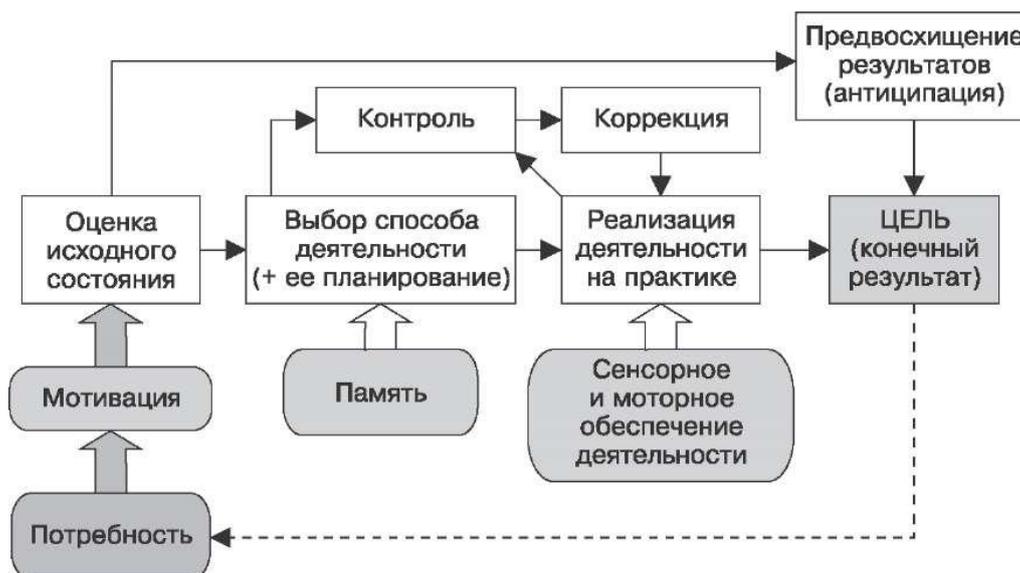


Рис. 15.3. Функционально-динамический анализ структуры деятельности

15.5. Мотивы и мотивация деятельности

Человеческая деятельность всегда целенаправленна, подчинена цели как сознательно представляемому запланированному результату, достижению которого она служит. Цель направляет деятельность и корректирует ее ход.

Деятельность – не совокупность реакций, а система действий, сцементированных в единое целое побуждающим ее *мотивом*. Мотив – это то, ради чего осуществляется деятельность, он определяет смысл того, что делает человек.

Соответственно,

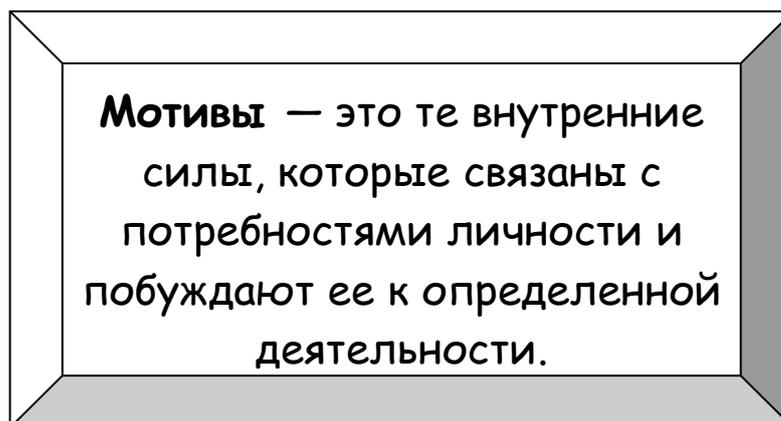
мотивация – это совокупность побуждений, вызывающих активность индивида и направляющих его к определенному виду деятельности.

В свою очередь **потребность** определяется как нужда индивида в тех или иных условиях

существования, предметах или людях, без которых данный индивид испытывает состояние дискомфорта.

Деятельность всегда носит продуктивный характер, то есть, ее результатом являются преобразования как во внешнем мире, так и в самом человеке: его знания, мотивы, способности.

В зависимости от того, какие изменения играют главную роль или имеют наибольший удельный вес, выделяются разные типы деятельности: трудовая, игровая, познавательная, коммуникативная и др.



15.6. Виды деятельности

Основные виды деятельности, обеспечивающие существование человека и формирование его как личности – это *общение, игра, учение и труд*. Немаловажное значение в жизни человека имеют *спорт* и *хобби* (увлечения).

Общение – это процесс взаимодействия между людьми, заключающийся в обмене информацией, а также в восприятии и понимании партнерами друг друга

Игра – это подражательно-выразительная деятельность, не по обязательному заданию, представляющая перспективную ценность для общества как средство подготовки ребенка к учению и труду.

Учение – это деятельность по обязательному заданию, результаты которой представляют перспективную ценность для других людей, общества.

Труд – это деятельность по обязательному заданию, результаты которой представляют непосредственную ценность для других людей, общества.

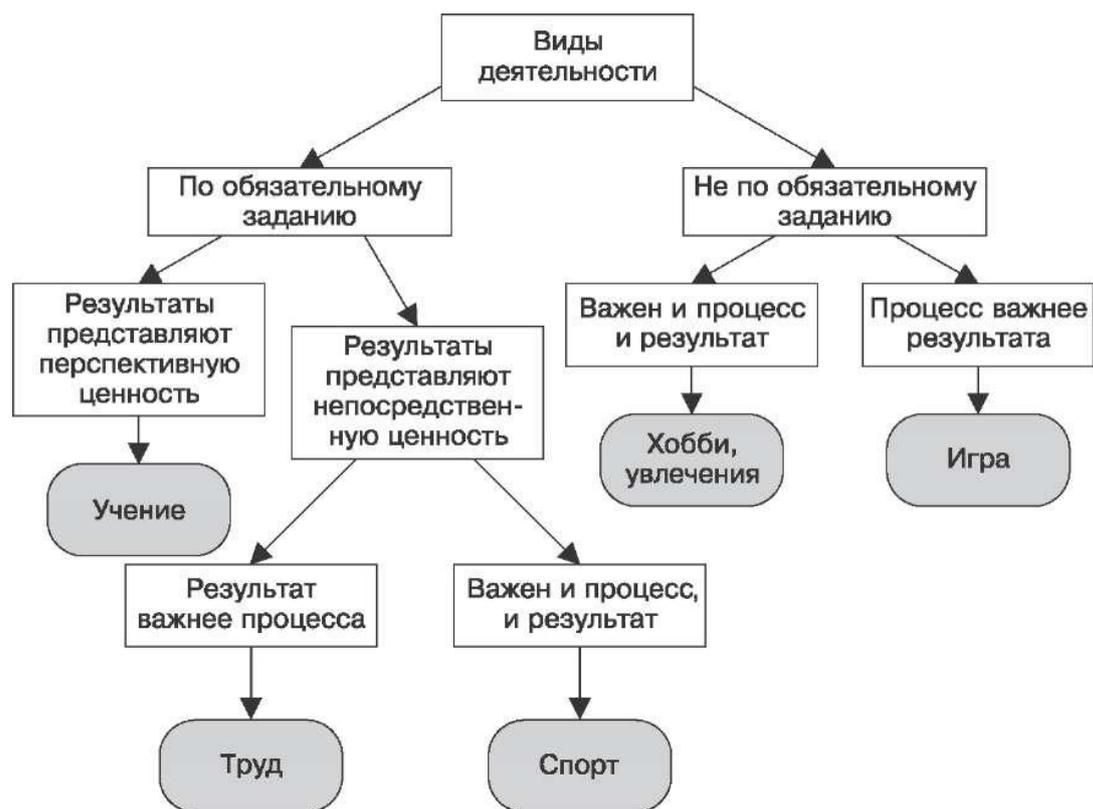


Рис. 15.4. Типология видов деятельности

Спорт – деятельность, носящая соревновательный характер, связанная с реализацией физических и умственных способностей человека и направленная на достижение победы в соревновании или достижение максимально возможного результата.

Увлечение по интересам (хобби) – деятельность не по обязательному заданию, в котором примерно равную ценность представляют как ее результат, так и сам процесс.

Контрольные вопросы:

1. Расскажите о взаимосвязи психики и поведения.
2. Изложите суть понятия «поведение».
3. Что такое деятельность?
4. Охарактеризуйте структуру деятельности.
5. Дайте определение и назовите основные характеристики действий.
6. Что вы знаете о мотивах деятельности?
7. Охарактеризуйте сенсомоторные процессы.
8. Охарактеризуйте идеомоторные процессы.
9. Охарактеризуйте эмоционально-моторные процессы.
10. Раскройте содержание понятий «интериоризация» и «экстериоризация».
11. Опишите мотивационные механизмы человеческой деятельности.
12. Охарактеризуйте основные виды человеческой деятельности.

16. «Я-концепция» личности

16.1. Понятие и структура и функции «Я-концепция».

16.2. Роль «Я-концепции» в жизни личности.

16.3. Этапы формирования «Я-концепции».

16.1. Понятие и структура и функции «Я-концепция».

«Я-концепция» – это динамическая система представлений человека о самом себе, в которую входит осознание человеком своих качеств (физических, эмоциональных и интеллектуальных), самооценка, а также субъективное восприятие влияющих на данную личность внешних факторов.

Прежде всего, «Я-концепция» личности – это отражение того, что о ней думают и как к ней относятся окружающие (зеркальное «Я» по Ч. Кули).

Представление личности о самой себе представляет результат деятельности ее *самосознания*. Оно включает в себя:

1) осознание своей

тождественности (его первые зачатки проявляются у младенца, когда он начинает различать ощущения, вызванные внешними предметами, а также собственным телом);

2) осознание собственного «Я» как активного, деятельного начала в себе;

3) осознание своих психических свойств и качеств;

4) определенную совокупность социально-нравственных позиций.

Образ Я – не просто отражение (в форме представления или понятия) каких-то своих объективных данных, а социальная установка, отношение личности к самой себе.

«Я-концепция» возникает в процессе развития человека как итог трех процессов:

1. *самовосприятия* (своих эмоций, чувств, ощущений, представлений и пр.);

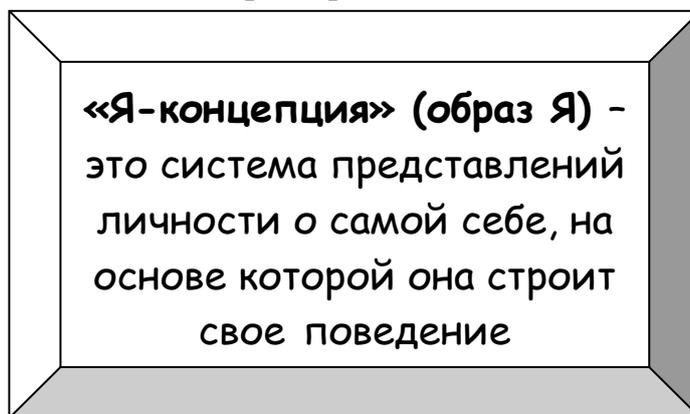
2. *самонаблюдения* (своей внешности, своего поведения);

3. *самоанализа* (своих мыслей, поступков, взаимоотношений с другими людьми и сравнения с ними).

В рамках каждой из указанных составляющих можно выделить три компонента:

1. *познавательный* – знание себя, представление о своих качествах и свойствах;

2. *эмоциональный* – самооценка этих качеств и связанное с ней отношение к себе (самоуважение, самолюбие и тому подобные чувства);



3. **поведенческий** – то есть практическое осознание себя через свое поведение.

Таким образом, «Я» оказывается рефлексивной, динамической структурой в процессе развития личности, включающей *самосознание, чувства и поступки личности*.

Я-концепция составляет часть общей *структуры личности*, в значительной мере определяющую ее формирование (психогенный механизм).

Одна из первых **теорий**, описывающих «Я-концепцию», принадлежит У. Джеймсу, который выделил две стороны «Я» (*Self*) – субъектную (*I*) и объектную (*Me*). В структуре личности этот автор выделил четыре составляющие, которые представлены в таблице 16.1.

Таблица 16.1. Составляющие «Я-концепции» по У. Джеймсу

Составляющая	Описание
«Физическое Я»	Тело человека, его первичные биологические потребности
«Социальное Я»	Признание и уважение, которое получает человек в обществе, его социальная роль
«Материальное Я»	То, что человек отождествляет с собой (его дом, частная собственность, семья и пр.)
«Духовное Я»	Внутреннее и субъективное бытие человека. Набор его религиозных, политических, философских и нравственных установок

Окончательное формирование представлений о «Я-концепции» произошло в 1950-е годы в русле гуманистической психологии. К. Роджерс выделил основные положения «Я-концепции»:

- «Я-концепция» – это представление и внутренняя сущность индивида, которая тяготеет к ценностям, имеющим культурное происхождение;
- «Я-концепция» обладает стабильностью и обеспечивает устойчивые способы поведения человека;
- «Я-концепция» обладает индивидуальностью и уникальностью;
- Восприятие человеком окружающего мира преломляется его сознанием, центром которого является «Я-концепция»;
- Расхождение между опытом индивида и его «Я-концепцией» нейтрализуется с помощью механизмов психологической защиты.

Р. Бернс определял Я-концепцию как сердцевину системы развития личности, куда входит осознание личностью самое себя, а также осознанные и неосознанные ориентации относительно жизненных ценностей, включая идентичность, статус, деяния и стремления. На ней формируются ведущие качества личности.

Реальность «Я-концепции» личности определяется следующими факторами:

- ясностью индивидуального самосознания и наличием адекватных символов для его выражения;

- чувством личной адекватности индивида;
- отсутствием у индивида ощущения угрозы в ситуации самоописания.

16.2. Роль «Я-концепции» в жизни личности

«Я-концепция» играет важную роль в жизни личности. Как регулятор поведения личности, она выполняет следующие функции:

1. *Обеспечение внутренней согласованности личности.* Любые воздействия среды сопоставляются с «Я-концепцией» личности, и если они не соответствуют ей, то искажаются или вытесняются при помощи механизмов психологической защиты, которые охраняют целостность и постоянство «Я-концепции».

2. *Определение характера интерпретации жизненного опыта.* «Я-концепция» действует как внутренний фильтр, пропускающий через себя информацию или задерживающий ее, если она противоречит «Я-концепции».

3. *Источник установок и ожиданий личности.* «Я-концепция» определяет прогнозы и ожидания личности (уверенное или неуверенное поведение, завышенная или заниженная самооценка). Каждая из этих установок может реализовываться в трех аспектах: физическом, эмоциональном, социальном (рис. 23.5). Например, в физическом аспекте женщину может не устраивать ее внешность («Реальное Я»), и она будет стремиться изменить ее с помощью косметических средств, приближаясь к своему идеалу красоты («Идеальное Я»), в то время как ее вполне устраивает ее социальное положение («Реальное Я»). При этом она может думать, что окружающие считают ее излишне холодной и мало эмоциональной («Зеркальное Я»). (рис. 16.2)

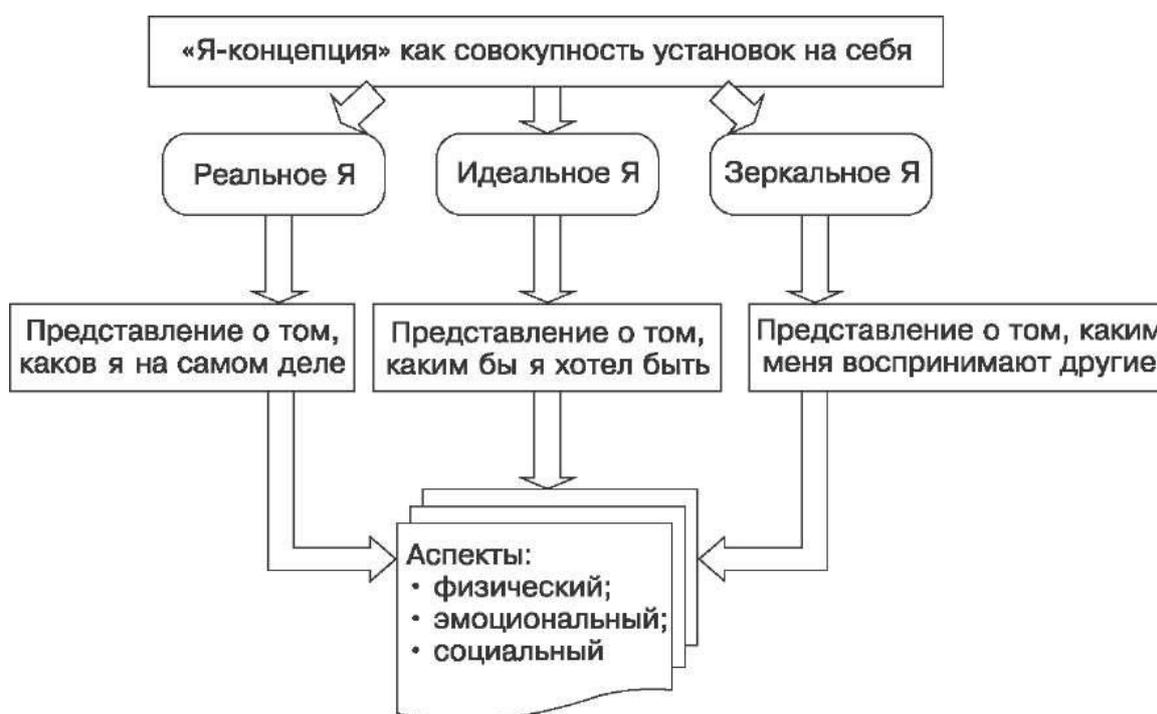


Рис. 16.2. Я-концепция как источник установок и ожиданий личности.

16.3. Этапы формирования «Я-концепции»

«Я-концепция» возникает как результат психического развития в процессе социального взаимодействия со средой обитания. Социальная среда (в отличие от генетических факторов) играет определяющее влияние на формирование «Я-концепции», однако затем «Я-концепция» начинает определять способ взаимодействия человека с социальной средой. Стадии формирования «Я-концепции» отражены в таблице 16.3.

Таблица 16.3. Этапы формирования «Я-концепции» (этапы самосознания)

Этапы развития	Содержание
До 3 лет	Сначала возникает понимание того, что «Я» – это мое тело. По мере развития способности к самостоятельным действиям с предметами формируется восприятие себя как активного субъекта. Ближе к трем годам понимание своего «Я» расширяется, включая не только собственное тело, но и отношения с другими: «мой папа», «моя мама», «моя игрушка», «моя собака». Происходит формирование местоимения «Я».
Дошкольный возраст	Период развития самооценки, которая в основном основывается на чужих мнениях (родителей и воспитателей). Представления о себе неустойчивы и эмоционально окрашены. Эмоциональная оценка своего «Я» играет огромную роль в формировании характера, системы ценностей и мотивов. Личность втягивает в свое «Я» все больше объектов окружающего мира, свою деятельность, результаты своего труда.
Школьный возраст	Складывается логическое мышление. На основе сопоставления мнений разных людей о себе формируется собственное мнение. Самооценка становится более стабильной, важную роль занимают моральные нормы. На основе образа «Я» развивается личность, обладающая внутренним единством, организованная, способная руководствоваться осознанными и устойчивыми целями. Личности присущи подсознательные стремления (потребности) к созданию положительного Я-образа.

Отклонения возникают по различным причинам, а в значительной мере от недостатка или отсутствия знаний и умений у учащихся в соответствующей сфере самосовершенствования.

Каждый этап самопознания завершает самооценка, которая включает в себя умение оценить свои силы и возможности, отнестись к себе критически, рефлексировать свое поведение, что служит основой для выработки устойчивых критериев самосовершенствования.

Одна из главных целей самосовершенствования личности – формирование адекватного «Я» в области осознания, умений и способностей воспитывать, развивать, совершенствовать свою личность. Этому способствует систематическое обращение к образам «Я-прошлое», сопровождаемое рефлексивным анализом.

После своего формирования «Я-концепция» имеет статический и динамический компоненты. Последний может меняться в зависимости от отдельных успехов и неудач личности, результатов его взаимодействия с другими людьми, конкретных ситуаций.

Контрольные вопросы:

1. Дайте определение понятия «Я-концепция».
2. Дайте общую характеристику «Я-концепции» личности.
3. Перечислите компоненты самосознания.
4. Охарактеризуйте составляющие «Я-концепции» личности.
5. Перечислите основные функции «Я-концепции».
6. Соотнесите понятия «реальное Я», «идеальное Я» и «зеркальное Я».
7. Перечислите факторы, определяющие реальность «Я-концепции».
8. Опишите закономерности формирования «Я-концепции» личности.
9. Охарактеризуйте основные этапы формирования «Я-концепции».
10. Раскройте возрастную последовательность формирования «Я-концепции» в школьном возрасте.

Контрольные задания

Контрольные задания к модулю «Введение в психологию»

Тематика рефератов

1. Значение психологии в современном мире.
2. Античный период развития психологии (V в. до н.э. – V в. н.э.)
3. Вклад Аристотеля в развитие психологии.
4. Медицинская (арабоязычная) психология XI – XVI веков.
5. Психологические идеи средневековой Европы (XI-XVI вв.)
6. Развитие психологии в эпоху Возрождения (XI-XVI вв.)
7. Развитие психологии Нового времени (XVII в.)
8. Развитие психологии в эпоху Просвещения (XVIII в.)
9. Развитие экспериментальной психологии в конце XIX – начале XX веков.
10. Основные направления развития зарубежной психологии XIX – XX веков.
11. Становление и развитие психоанализа.
12. Кризис в психологии XX века.
13. История отечественной психологии с середины XIX в. до 20-х гг. XX в.
14. История отечественной психологии в 20-е – 30-е годы XX века.
15. История отечественной психологии в 40-е – 50-е годы XX века.
16. История отечественной психологии в 60-е – 90-е годы XX века.
17. Сущность направлений психологии.
18. Личность как продукт общественно-исторического развития.
19. Соотношение понятий «индивид», «личность», «субъект», «индивидуальность» в разных науках.
20. Современные методы исследования в психологии.
21. Современные исследования взаимодействия психики и организма.
22. Современные представления о соотношении психического и физиологического.
23. Современные исследования в области психофизиологии.
24. Современные исследования психической деятельности мозга.
25. Человеческий мозг как предмет изучения разных наук.
26. Современные представления о мозговой организации высших психических функций.
27. Методы исследования психической деятельности мозга.
28. Современные исследования возможностей психики человека.
29. Концепции филогенеза психики.
30. Сравнительный анализ концепций онтогенетического развития.
31. Возрастная периодизация психического развития по Л.С. Выготскому.

-
32. Возрастная периодизация психического развития по Д.Б. Эльконину.
 33. Возрастная периодизация психического развития личности по Э. Эриксону.
 34. Возрастная периодизация психосексуального развития З. Фрейда.
 35. Возрастная периодизация развития интеллекта по Ж. Пиаже.
 36. Возрастная периодизация психического развития по А.В. Петровскому.
 37. Возрастная периодизация психического развития по Б.Г. Ананьеву.
 38. Возрастная периодизация психического развития по А.Н. Леонтьеву.
 39. Возрастная периодизация сенсомоторного развития по А. Гезеллу.
 40. Стадии морального развития по Л. Кольбергу.
 41. Периодизации развития психики и развития личности в зрелом возрасте.
 42. Темпы психического развития человека. Акселерация и ретардация.
 43. Задержка психического развития.
 44. Нарушения психического развития.
 45. Деятельностный подход в психологии.

Творческие задания

1. Составление теста по изученному разделу.

При составлении и теста необходимо отобрать ключевые понятия психологии или свойства психических явлений и процессов. Не стоит включать в тест непроверенные факты, частные примеры и т. п. Форма тестового задания представляет собой постановку вопроса и предъявление нескольких вариантов ответа. Правильными могут быть как один, так и несколько вариантов (о возможном количестве правильных вариантов необходимо сообщить заранее). Оптимальный объем теста – от 20 до 40 вопросов.

2. Подбор и аннотация литературы по разделу.

При подготовке списка и аннотации литературы желательно выбирать учебники и монографии, изданные за последние 5 лет. Оптимально, если название источника совпадает с названием раздела, темы или соответствует им по содержанию. Учебная литература обычно содержит аннотацию в самом начале, однако стоит проанализировать, насколько содержание конкретного пособия или научного издания раскрывает поставленные преподавателем вопросы. Письменное цитирование авторской аннотации учебника оценивается ниже, чем самостоятельный письменный анализ выбранной литературы.

3. Создание электронной презентации по выбранной теме или разделу.

При оформлении изученного материала в наглядном виде посредством электронной презентации красочность и анимация не должны выходить на первый план по отношению к содержанию материала. Информация должна быть представлена структурированно, логично, коротко и только по содержанию исследуемой темы. Оптимальный объем презентации – не более 20

слайдов. Графический и видеоматериал должен сопровождаться пояснениями. Сложные понятия необходимо раскрывать, чтобы материал был доступен зрителям. Для лучшего восприятия материала текстовую информацию желательно свести к минимуму, заменив графической. Полезно чередовать разные формы представления информации: текст, диаграммы, фотографии, таблицы, схемы, рисунки, видеофрагменты. Важную роль играют цветовые сочетания, выдержанность стиля в оформлении слайдов, музыкальное сопровождение. **Титульный слайд** должен включать название темы; информацию об образовательном учреждении; сведения об авторе; дату разработки; информацию о местоположении информации в сети, на локальном компьютере и имя файла. **Оглавление** должно быть достаточно подробным, чтобы обеспечивать оперативный доступ (через гипертекстовые ссылки) к ее сравнительно небольшим содержательным частям, с другой стороны, максимально обозримым, т.е. находиться на одном слайде. Практика показывает, что таким требованиям, как правило, удовлетворяет двухуровневое оглавление (разделы и подразделы). **Учебный материал** в электронной презентации, как правило, представлен в краткой форме, что имеет достаточно веские основания для существования наряду с полным учебным материалом. Такое представление дает качественно иной ракурс для рассмотрения содержания, что достаточно эффективно как на этапе ознакомления с темой, так и на этапе обобщения и систематизации учебного материала.

4. Составление схемоконспекта по выбранной теме.

Это оформление изученного материала в наглядном виде. Законспектированный, то есть представленный в сжатом виде материал переводится в схемы, раскрывающие логические связи между изучаемыми процессами и явлениями. В схемоконспекте должны быть представлены основные понятия или этапы рассматриваемых событий. Схема должна быть логически выстроена. Знаки и условные обозначения необходимо расшифровывать.

Контрольные задания к модулю «Психические процессы и состояния»

Тематика рефератов

1. Значение ощущений в жизни человека. Сенсорная депривация.
2. Теория слуха Г. Гельмгольца.
3. Закон сохранения специфических энергий Мюллера.
4. Изменчивость перцептивной организации.
5. Теория восприятия в гештальтпсихологии.
6. Теория установки восприятия Дж. Брунера.
7. Экологический подход к зрительному восприятию Дж. Гибсона.
8. Проблема восприятия в когнитивной психологии.
9. Теория перцептивных действий А. Запорожца.
10. Исторический подход в изучении перцептивных процессов А.Р. Лурии.
11. Проблема взаимосвязи сенсорных и перцептивных процессов (С.Л. Рубинштейн).
12. Воображение и творчество.
13. Единство аффекта и интеллекта. Характеристика аутентического и эмоционального мышления.
14. Исследование интеллекта человекообразных обезьян (В. Келлер).
15. Исследование процесса решения задач в школе С.Л. Рубинштейна.
16. Методика «двойной стимуляции» Выготского-Сахарова и выделение функциональных эквивалентов понятий.
17. Язык и мышление. Гипотеза лингвистической относительности.
18. Эмпирические приемы повышения эффективности решения творческих задач, индивидуальные и групповые способы их применения.
19. Проблема соотношения интеллекта и творчества.
20. Представление о мышлении в ассоциативной эмпирической психологии.
21. Представление о мышлении в психологии поведения.
22. Мышление как самостоятельный психический процесс. Вюрцбургская школа.
23. Мышление как продуктивный творческий процесс в гештальтпсихологии.
24. Мышление как высшая психическая функция, как системное образование (Л.С. Выготский).
25. Информационные теории мышления. Проблема искусственного интеллекта.
26. Генетический подход к исследованию мышления.
27. Когнитивный подход к исследованию мышления.

-
28. Концепция планомерного формирования умственных действий П.Я. Гальперина.
 29. Основные физиологические механизмы внимания. Доминанта А.А. Ухтомского.
 30. Экспериментальное исследование развития опосредованного внимания А.Н. Леонтьева.
 31. Проблемы внимания в классической экспериментальной психологии.
 32. Проблема внимания в гештальтпсихологии (К. Кофка, Э. Рубин, В. Келлер).
 33. Теория внимания Т. Рибо.
 34. Теория волевого внимания Н.Н. Ланге.
 35. Внимание и установка человека. Концепция Д.Н. Узнадзе.
 36. Внимание как интериоризированный контроль (П.Я. Гальперин).
 37. Структурные модели селективного внимания в когнитивной психологии.
 38. Ресурсные модели внимания в когнитивной психологии.
 39. Основные тенденции исследования внимания в современной когнитивной психологии.
 40. Физиологические механизмы памяти.
 41. Интерференция. Проактивное и ретроактивное торможение.
 42. Методика «двойной стимуляции» Л.С. Выготского в исследовании опосредованного запоминания.
 43. «Параллелограмм развития памяти» А.Н. Леонтьева.
 44. Экспериментальные исследования А.А. Смирнова и П.И. Зинченко о зависимости запоминания от содержания и структуры деятельности.
 45. Исследование зависимости запоминания от динамики деятельности в школе К.Левина. Эффект Зейгарник.
 46. Когнитивные модели семантической памяти.
 47. Проблема памяти в психологии ассоцианизма, бихевиоризме.
 48. Память и мотивация в работах З. Фрейда.
 49. Учение об общественной природе памяти (П. Жане, Ф. Бартлетт).
 50. Проблема памяти в гештальтпсихологии.
 51. Основные принципы деятельностного подхода к исследованию памяти.
 52. Генетическая теория памяти П.П. Блонского.
 53. Проблема эгоцентрической речи (Ж. Пиаже, Л.С. Выготский).
 54. Генетические корни мышления и речи по Л.С. Выготскому.
 55. Значение эмоций в жизни человека.
 56. Связь эмоций с другими психическими процессами.
 57. Характеристика базовых эмоций по К. Изарду.
 58. Теория эмоций Джеймса-Ланге и Кеннона-Барда.
 59. Активационная теория Линдсея-Хебба.
 60. Когнитивно-физиологическая теория С. Шехтера и информационная теория П.В. Симонова.
 61. Теория когнитивного диссонанса Л. Фестингера.

-
62. Мотивационные теории эмоций (Р. Липер, А. Маслоу, З. Фрейд).
 63. Значение теории эмоций Чарльза Дарвина в развитии психологических взглядов на проблему эмоций.
 64. Эмоциональные особенности личности по работам С. Рубинштейна, Б. Даданова, Ю. Орлова.
 65. Нравственные, интеллектуальные и эстетические чувства человека.
 66. Психологические теории воли.
 67. Патология воли. Апраксия и абулия.

Творческие задания

1. Подбор диагностических методик для определения уровня развития интеллекта.

Выбрать 2-3 методики выявления уровня развития интеллекта, провести самодиагностику, оценить удобство использования методик. Представить диагностические методики в печатном виде, прокомментировав свой выбор.

2. Подбор игр и заданий на развитие логического мышления.

Найти и проанализировать не менее 5 игр и заданий на развитие логического мышления. Оценить возможность их использования для разных возрастных групп. Представить в печатном виде, прокомментировав свой выбор.

3. Подбор игр и заданий на развитие воображения и творческого мышления.

Найти и проанализировать не менее 5 игр и заданий на развитие воображения и творческого мышления. Оценить возможность их использования для разных возрастных групп. Представить в печатном виде, прокомментировав свой выбор.

4. Подбор методик для выявления творческого потенциала и креативности.

Выбрать 2-3 методики выявления творческого потенциала и креативности, провести самодиагностику, оценить удобство использования методик. Представить диагностические методики в печатном виде, прокомментировав свой выбор.

5. Подбор игр и заданий на развитие внимания.

Найти и проанализировать не менее 5 игр и заданий на развитие внимания. Оценить возможность их использования для разных возрастных групп. Представить в печатном виде, прокомментировав свой выбор.

6. Подбор заданий на развитие памяти.

Подготовить 5 заданий на развитие памяти. Представить в печатном виде.

7. Описание приемов активного слушания.

Найти в психологической литературе приемы, способы, правила и/или техники активного слушания. Оценить личное владение навыками активного слушания. Представить отобранный материал в печатном виде.

Контрольные задания к модулю «Психология личности»

Тематика рефератов

1. Соотношение биологического и социального в личности.
2. Психодинамическая теория личности.
3. Аналитическая теория личности.
4. Гуманистическая теория личности.
5. Когнитивная теория личности.
6. Диспозициональная теория личности.
7. Экзистенциальная теория личности.
8. Представления о личности в бихевиоризме.
9. Представления о личности в гештальтпсихологии.
10. Системный подход в изучении личности.
11. Основные тенденции исследования личности в отечественной психологии.
12. Рефлексологическая теория личности В.М.Бехтерева.
13. Эстетико-философская концепция М.М.Бахтина.
14. Концепция личности А.Ф. Лазурского.
15. Взгляды С.Л. Рубинштейна на структуру личности.
16. Концепция личности А.Н. Леонтьева.
17. Концепция личности А.В. Петровского.
18. Теория интегральной индивидуальности В.С. Мерлина.
19. Психоаналитические интерпретации личности (З. Фрейд, К. Юнг, А. Адлер, Э. Фромм и др.).
20. Системно-деятельностный подход к пониманию личности (А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, Ж. Политцер, Л. Сэв, К.А. Абульханова, А.Г. Асмолов и др.).
21. Психологический портрет личности.
22. Имидж личности как воспринимаемый и передаваемый образ.
23. Проявление свойств темперамента в познавательных процессах.
24. Темперамент: история и современность.
25. Зависимость стиля общения от свойств темперамента.
26. Проблема соотношения типологических и возрастных особенностей темперамента.
27. Темперамент и формирование нежелательных форм поведения.
28. Изменение проявлений темперамента и факторы, от которых оно зависит («маскировка» темперамента).
29. Пути приспособления темперамента к требованиям деятельности.
30. Генетическая теория типов темперамента К. Конрада
31. Основные свойства темперамента и их проявления по Б.М. Теплову.
32. Концепция темперамента В.М. Русалова.

-
33. Подходы западных психологов к изучению типов темперамента (А. Томас, С. Чесс, М. Ротбарт, Д. Каган, Р. Клонингер).
 34. Психологическая характеристика типов темперамента по Я. Стреляу.
 35. Методы исследования темперамента.
 36. Типология характера К. Юнга.
 37. Типология характера Э. Фромма.
 38. Житейское и научное понимание способностей.
 39. Определения способностей в трудах разных ученых.
 40. Органические основы задатков.
 41. Соотношение понятий «способности», «одаренность», «талант» и «гениальность».
 42. Креативность как проявление творческих способностей человека.
 43. Способности и возраст.
 44. Гендерные различия в способностях людей.
 45. Б.М. Теплов о соотношении способностей и успешности деятельности.
 46. Способности и деятельность человека.
 47. Акмеология как учение о способностях человека.
 48. Деятельность как методологическое и теоретическое понятие в психологии.
 49. Деятельностный подход в психологии: варианты, проблемы, современное состояние.
 50. Теория деятельности С. Л. Рубинштейна.
 51. Психологические особенности формирования Я-концепции.

Творческие задания

1. Подбор диагностических методик для определения личностных характеристик.

Выбрать 2-3 методики выявления направленности личности, ценностных ориентаций, локуса контроля и/или других личностных характеристик. Провести самодиагностику, оценить удобство использования методик. Представить диагностические методики в печатном виде, прокомментировав свой выбор.

8. Подбор методик для диагностики мотивации к определенному виду деятельности.

Выбрать 2-3 методики выявления мотивации к определенному виду деятельности, провести самодиагностику, оценить удобство использования методик. Представить диагностические методики в печатном виде, прокомментировав свой выбор.

9. Подбор методик для диагностики темперамента.

Выбрать 2-3 методики выявления типа темперамента. Провести самодиагностику, оценить удобство использования методик. Представить диагностические методики в печатном виде, прокомментировав свой выбор.

10. Подбор методик для диагностики характера.

Выбрать 2-3 методики выявления черт и акцентуаций характера. Провести самодиагностику, оценить удобство использования методик. Представить диагностические методики в печатном виде, прокомментировав свой выбор.

11. Подбор методик для диагностики способностей.

Выбрать 2-3 методики выявления способностей. Провести самодиагностику, оценить удобство использования методик. Представить диагностические методики в печатном виде, прокомментировав свой выбор.

12. Подбор методик для диагностики уровня сформированности структурных компонентов Я-концепции.

Выбрать 2-3 методики выявления самооценки, уровня притязаний, самоуважения, самоотношения и/или других личностных характеристик. Провести самодиагностику, оценить удобство использования методик. Представить диагностические методики в печатном виде, прокомментировав свой выбор.

13. Составление психологической характеристики своей личности по приведенной ниже схеме на основе результатов 4-5 диагностических методик.

14. Составление плана саморазвития личности по алгоритму:

1. Каков я сейчас:

- а) личностные качества;
- б) профессионально-значимые качества;

2. Чего я хочу достичь:

- а) личностные качества;
- б) профессиональные и профессионально-значимые качества;

3. Что для этого нужно:

- а) компетенции;
- б) знания;
- в) умения;
- г) навыки;

4. Что нужно преодолеть в себе для достижения поставленных целей.

15. Составление психологической характеристики профессионала своего профиля обучения по приведенной ниже схеме психологической характеристики личности.

Схема психологической характеристики личности

1. Общие сведения: возраст; культурно-бытовые отношения и межличностные отношения в семье.

2. Учебная деятельность: успеваемость, дисциплина, прилежание; отношение к учебной деятельности, мотивы обучения.

3. Направленность личности: преобладающие интересы, взгляды и убеждения, стремления, мечты, идеалы.

4. Отношение к учебной деятельности; положение в учебной группе. Авторитет среди одноклассников. Общительность. Потребность быть студентом, членом своей учебной группы, бороться за ее честь; межличностные отношения с однокурсниками и преподавателями.

5. Особенности познавательной деятельности: характеристика внимания (устойчивость, переключаемость, распределяемость...), восприятия. Наблюдательность. Особенности памяти: быстрота запоминания, длительность сохранения, точность воспроизведения материала. Степень проявления образного и абстрактного мышления. Продуктивное мышление, участие в решении проблемных ситуаций. Самостоятельность и критичность мышления. Логичность суждений (последовательность и доказательность в изложении мыслей, умение выделить существенное, рассуждать, делать выводы). Характеристика воображения. Интуиция. Степень развития устной и письменной речи: богатство словаря, умение в устной и письменной форме выражать свои мысли.

6. Эмоционально-волевая сфера личности: быстрота протекания и смены психических состояний, их внешняя выраженность. Преобладающее настроение. Проявление моральных, интеллектуальных, эстетических чувств. Волевые качества.

7. Индивидуально-типологические особенности личности: темперамент, его тип и роль в учении и проявлении личности. Основные черты характера, возможные акцентуации.

8. Способности: степень проявления способностей; одаренность, талант, наиболее ярко выраженные способности.

9. Сознание и чувство долга, осознанность поступков и действий, морально-волевые свойства: целеустремленность, самостоятельность, инициативность, уверенность в себе, самокритичность..., уровень притязаний, самооценка.

10. Меры, необходимые для дальнейшего развития личности. Прогноз дальнейшего развития.

Тестовые задания

1. В дословном переводе «психология» означает:

- а) наука о личности;
- б) наука о мышлении;
- в) наука о закономерностях;
- г) наука о душе.

2. Один из основных методов психологии:

- а) встреча;
- б) дискуссия;
- в) наблюдение;
- г) семинар.

3. Психология – наука о...

- а) психике и психических явлениях;
- б) поведении;
- в) отношениях;
- г) способах воздействия на психику человека.

4. Автор трактата «О душе»

- а) Платон;
- б) Аристотель;
- в) Декарт;
- г) Спиноза.

5. Форма отражения окружающего мира, свойственная высокоорганизованной материи – это...

- а) мышление;
- б) интеллект;
- в) психика;
- г) воображение.

6. Отрасль психологии, изучающая особенности взаимодействия людей, психологию целых групп и больших масс людей

- а) общая психология;
- б) педагогическая психология;
- в) психодиагностика;
- г) социальная психология.

7. Психика человека — это...

- а) субъективный образ объективного мира, который возникает в процессе взаимодействия человека с окружающей его средой и другими людьми;

-
- б) совокупность врождённых тенденций и стремлений, выражающихся в форме сложного автоматического поведения;
- в) реакция организма на какой-то внешний раздражитель;
- г) совокупность умственных способностей человека, обеспечивающих успех его познавательной деятельности.

8. Способность материальных объектов в процессе взаимодействия с другими объектами воспроизводить в своих изменениях некоторые особенности и черты воздействующих на них явлений – это:

- а) ощущение;
- б) отражение;
- в) восприятие;
- г) представление.

9. Термин "эмпирическая психология" ввел...

- а) Б. Спиноза;
- б) Г.В. Лейбниц;
- в) Дж. Локк;
- г) Х. Вольф.

10. Отрасль психологии, изучающая закономерности обучения и воспитания

- а) общая психология;
- б) педагогическая психология;
- в) психодиагностика;
- г) социальная психология.

11. Формирующаяся в течение жизни совокупность индивидуальных психологических особенностей, которые определяют своеобразное для данного человека отношение к себе, обществу и окружающему миру в целом – это...

- а) личность;
- б) индивидуальность;
- в) индивид;
- г) субъект.

12. Сбор данных об истории развития данного человека как субъекта труда – это...

- а) тестирование;
- б) наблюдение;
- в) беседа;
- г) метод анамнеза.

13. Основоположник отечественной научной психологии, автор книги «Рефлексы головного мозга»

- а) Г.И. Челпанов;
- б) В.М. Бехтерев;
- в) И.М. Сеченов;
- г) К.Д. Кавелин.

14. Наука, возникшая на стыке физиологии и психологии – это...

- а) психодиагностика;
- б) психотерапия;
- в) медицинская психология;
- г) психофизиология.

15. Эксперимент, в котором испытуемый знает о цели исследования, и его действия определяются инструкцией:

- а) синтетический;
- б) лабораторный;
- в) естественный;
- г) аналитический.

16. Индивидуальность – это...

- а) человек, охарактеризованный в аспекте его неповторимости, непохожести на других людей;
- б) человек как типичный представитель своего вида, носитель природно обусловленных свойств;
- в) человек как типичный носитель видов человеческой активности;
- г) человек как типичный представитель сформировавшего его общества.

17. Тест, в котором испытуемый может отвечать в свободной манере:

- а) закрытый;
- б) проективный;
- в) открытый;
- г) селективный.

18. Отрасль психологии, изучающая психику больного человека, а также особенности пограничных состояний между здоровьем и болезнью

- а) психодиагностика;
- б) возрастная психология;
- в) медицинская психология;
- г) психофизиология.

19. Наблюдение, при котором испытуемый не знает, что за ним наблюдают:

- а) научное;

-
- б) житейское;
 - в) открытое;
 - г) скрытое.

20. Человек как типичный носитель видов человеческой активности – это...

- а) субъект деятельности;
- б) индивидуальность;
- в) индивид;
- г) личность.

21. Свойство высокоорганизованной живой материи, заключающееся в активном отражении субъектом объективного мира, в построении субъектом неотчуждаемой от него картины этого мира и регуляции на этой основе поведения и деятельности – это...

- а) мышление;
- б) интеллект;
- в) психика;
- г) воображение.

22. Материальной основой психики является...

- а) сердечно-сосудистая система;
- б) нервная система;
- в) эндокринная система;
- г) пищеварительная система.

23. Динамическое отражение действительности в различных формах психических явлений – это...

- а) психические процессы;
- б) психические свойства;
- в) психические состояния;
- г) психические явления.

24. Научный подход, в соответствии с которым психика присуща только человеку:

- а) панпсихизм;
- б) биопсихизм;
- в) мозгопсихизм;
- г) антропопсихизм.

25. Прижизненное развитие психики индивида, начиная с внутриутробной стадии и рождения до старости и смерти – это...

- а) патогенез;
- б) онтогенез;

-
- в) филогенез;
 - г) антропогенез.

26. Этап онтогенеза психики, на котором отмечаются зрительные и слуховые ощущения, ощущения положения тела в пространстве, обонятельные, кожные и вкусовые ощущения, а также элементарные рефлексы:

- а) новорожденность;
- б) младенчество;
- в) преддошкольный период;
- г) пренатальный период.

27. Сформированная в процессе общественной жизни высшая форма психического отражения действительности в виде обобщенной и субъективной модели окружающего мира в форме словесных понятий и чувственных образов – это...

- а) психика;
- б) мышление;
- в) сознание;
- г) интеллект.

28. Внешние проявления психической деятельности человека – это...

- а) мотив;
- б) мышление;
- в) поведение;
- г) поступок.

29. Процесс превращения внутреннего психического действия во внешнее действие – это...

- а) идентификация;
- б) интроекция;
- в) интериоризация;
- г) экстериоризация.

30. Явления, процессы, свойства и состояния, которые оказывают влияние на поведение человека, но не осознаются им – это...

- а) сознание;
- б) бессознательное;
- в) мышление;
- г) представление.

31. Самая ранняя форма психического отражения:

- а) эмоции;
- б) память;

-
- в) мышление;
 - г) восприятие.

32. Отдел мозга, обеспечивающий координацию движений:

- а) спинной мозг;
- б) продолговатый мозг;
- в) кора больших полушарий;
- г) мозжечок.

33. Психическими свойствами личности являются:

- а) эмоции, чувства, воля;
- б) восприятие, внимание, память, мышление;
- в) темперамент, характер, способности, направленность;
- г) ужас, восторг, апатия, интерес, паника.

34. Развитие психики у позвоночных, имеющих усложняющуюся кору головного мозга (от рыб до человека) – это...

- а) онтогенез;
- б) дизонтогенез;
- в) партеногенез;
- г) филогенез.

35. Научный подход, в соответствии с которым психика является свойством живой природы (присуща и растениям):

- а) панпсихизм;
- б) биопсихизм;
- в) мозгопсихизм;
- г) нейропсихизм.

36. Все активные и пассивные переживания называются...

- а) эмоциональными психическими процессами;
- б) психическими свойствами;
- в) психическими состояниями;
- г) волевыми психическими процессами.

37. Первый этап развития психики у животных – это...

- а) предметное восприятие;
- б) отражение межпредметных связей;
- в) мышление;
- г) элементарная чувствительность.

38. Этап онтогенеза психики, на котором закладываются основные черты характера, происходит освоение основных правил и норм поведения, ведущей деятельностью является сюжетная игра:

- а) новорожденность;
- б) младенчество;
- в) дошкольный период;
- г) преддошкольный период.

39. Высшая степень развития сознания – это...

- а) самосознание;
- б) бессознательное;
- в) предсознание;
- г) подсознание.

40. Активное взаимодействие человека со средой, в котором он достигает сознательно поставленной цели, возникшей в результате появления у него определенной потребности, мотива – это...

- а) мотив;
- б) деятельность;
- в) поведение;
- г) поступок.

41. Направленность и сосредоточенность сознания на определенном объекте с отвлечением от всего остального:

- а) ощущение;
- б) восприятие;
- в) внимание;
- г) воображение.

42. Самое длительное эмоциональное состояние, окрашивающее все поведение человека:

- а) эмоции;
- б) настроение;
- в) чувства;
- г) стресс.

43. Под ощущением понимается:

- а) высшая, свойственная человеку форма обобщенного отражения объективных устойчивых свойств и закономерностей окружающего мира;
- б) сплав эмоций, мотивов и чувств;
- в) функционирование, развитие и связь с поведением и деятельностью;
- г) отражение свойств предметов объективного мира при их непосредственном воздействии на органы чувств.

44. Чувствительные нервные образования, которые воспринимают воздействие внешней или внутренней среды и кодируют его в виде набора электрических сигналов, называются:

- а) анализатором;
- б) мозгом;
- в) проводящими нервными путями;
- г) рецептором.

45. Минимальная величина раздражителя, вызывающая едва заметные ощущения – это порог ощущений:

- а) абсолютный нижний;
- б) абсолютный верхний;
- в) относительный;
- г) дифференциальный.

46. Восприятие часто принято называть:

- а) осязанием;
- б) обонянием;
- в) перцепцией;
- г) наблюдательностью.

47. Восприятие делает возможным:

- а) исследование психических явлений;
- б) взаимодействие образований периферической и центральной нервной системы;
- в) целостное отражение предметов и явлений в совокупности их свойств и частей, создание интегральной картины действительности;
- г) понятийно-логического отображения структуры этого класса объектов.

48. При каком воображении образы возникают спонтанно, помимо воли и желания человека:

- а) репродуктивное воображение
- б) продуктивное воображение
- в) активное воображение
- г) пассивное воображение

49. Процесс воспроизведения прошлых образов – это:

- а) представление;
- б) воображение;
- в) эмоции;
- г) иллюзии восприятия;

50. Вид памяти основанной на смысле изложения, его логике, соотношении между элементами информации, получаемой в словесной форме, называется...

- а) механической;
- б) логической (смысловой);
- в) эмоциональной;
- г) аудиальной.

51. Самая мощная эмоциональная реакция называется:

- а) настроение;
- б) аффект;
- в) страсть;
- г) эмоции.

52. В структуру волевого акта включаются следующие составляющие:

- а) побуждение и осознание цели;
- б) произвольная регуляция;
- в) сенсорная и перцептивная регуляция;
- г) речевой уровень.

53. Опосредованное и обобщенное отражение человеком действительности в ее существенных связях и отношениях – это...

- а) память;
- б) представления;
- в) воображение;
- г) мышление.

54. Укажите особенности долговременной памяти:

- а) информация сохраняется до возможности перевести ее на другой уровень;
- б) не ограничена по объему и времени сохранения информации;
- в) память не поддается произвольному управлению;
- г) очищение памяти и категоризация информации, накопленной за день, происходит во время сна.

55. Высшая форма познавательной деятельности человека, социально обусловленный психический процесс опосредованного и обобщенного отражения действительности, процесс поиска и открытия существенно нового – это...

- а) память;
- б) интеллект;
- в) мышление;
- г) речь.

56. Связь между понятиями или суждениями, в результате которой из одного или нескольких суждений мы получаем новое, называется...

- а) умозаключением;
- б) понятием;
- в) суждением;
- г) речью.

57. Мысленное расчленение целостной структуры объекта отражения на составляющие элементы – это...

- а) синтез;
- б) сравнение;
- в) конкретизация;
- г) анализ.

58. Система условных символов, которая является важнейшим инструментом взаимодействия между людьми и одним из важнейших средств развития человеческой психики:

- а) память;
- б) интеллект;
- в) внимание;
- г) язык.

59. Внимание, которое контролируется волевым усилием, когда человек концентрируется на объекте, даже если он ему не интересен, но нужен для достижения цели, называется...

- а) произвольным;
- б) непроизвольным;
- в) послепроизвольным;
- г) пассивным.

60. Высший уровень произвольной регуляции деятельности, обеспечивающий преодоление трудностей при достижении цели – это:

- а) внимание;
- б) память;
- в) эмоции;
- г) воля.

61. Биологический фундамент, на котором формируется личность – это...

- а) способности;
- б) характер;
- в) темперамент;
- г) эмоции.

62. Что составляет основу способностей?

- а) темперамент;
- б) характер;
- в) установки;
- г) задатки.

63. Укажите, какому типу темперамента присуще хладнокровие, медлительность, спокойствие, не сразу поддаётся чувствам, отличается постоянством:

- а) меланхолик;
- б) сангвиник;
- в) флегматик;
- г) холерик.

64. Формирующаяся в течение жизни совокупность индивидуальных психологических особенностей, которые определяют своеобразное для данного человека отношение к себе, обществу и окружающему миру в целом

- а) личность;
- б) характер;
- в) темперамент;
- г) эмоции.

65. Характер – это:

- а) природные предпосылки, которые являются условием развития;
- б) биологический фундамент, на котором формируется личность;
- в) определенный комплекс коррелируемых свойств индивида;
- г) совокупность устойчивых индивидуальных особенностей личности, которая обуславливает типичные для индивида способы поведения.

66. Склонен к депрессии, печали, подавленности, внешне он слабо выражает свои чувства и нередко воспринимает отношение к себе окружающих как пренебрежение, недооценку:

- а) холерик;
- б) сангвиник;
- в) меланхолик;
- г) флегматик.

67. Высший уровень развития способностей – это...

- а) одаренность;
- б) гениальность;
- в) талант;
- г) задатки.

68. Совокупность устойчивых мотивов, убеждений и устремлений, ориентирующих человека на достижение его жизненных целей – это...

- а) направленность личности;
- б) характер;
- в) темперамент;
- г) индивидуальность.

69. Укажите классификацию темперамента по Г. Шелдону:

- а) холерик, сангвиник, меланхолик, флегматик;
- б) циклотимик, шизотимик, иксотимик;
- в) пикник, астеник, атлетик, диспластик;
- г) висцеротоник, соматотоник, церебротоник.

70. Динамическая система представлений человека о самом себе, в которую входит осознание человеком своих качеств (физических, эмоциональных и интеллектуальных), самооценка, а также субъективное восприятие влияющих на данную личность внешних факторов – это...

- а) способности;
- б) «Я-концепция»;
- в) темперамент;
- г) характер.

71. Двусторонний процесс усвоения индивидом социального опыта того общества, к которому он принадлежит, и активного воспроизводства и наращивания им систем социальных связей и отношений, в которых он развивается, – это...

- а) социализация;
- б) общение;
- в) отношение;
- г) социальная установка.

72. Акцентуацией характера называется...

- а) связь внутреннего и внешнего содержания психики человека с окружающей действительностью и сознанием;
- б) индивидуальные особенности и свойства личности, которые являются условиями успешного выполнения определенного вида деятельности;
- в) крайний вариант нормы как результат усиления отдельных черт характера;
- г) психологическая готовность личности вести себя определенным образом в отношении объекта.

73. Столкновение противоположно направленных целей, интересов, позиций, мнений или взглядов оппонентов или субъектов взаимодействия называется

- а) характер;
- б) общение;
- в) отношение;
- г) конфликт.

74. Социальная установка – это...

- а) система представлений человека о самом себе;
- б) состояние психологической готовности личности вести себя определенным образом в отношении объекта, детерминированное ее прошлым опытом;
- в) психическое свойство личности, характеризующееся динамикой протекания психических процессов;
- г) процесс усвоения индивидом социального опыта того общества, к которому он принадлежит.

75. Какой принцип лежит в основе классификации темпераментов Э. Кречмера?

- а) тип телосложения;
- б) тип эмбрионального развития;
- в) соотношение жидкостей в организме;
- г) тип высшей нервной деятельности.

76. Социализированная связь внутреннего и внешнего содержания психики человека с окружающей действительностью и сознанием; готовность к определенному взаимодействию – это...

- а) установка;
- б) общение;
- в) отношение;
- г) социализация.

77. Адаптация – это...

- а) составная часть социализации и ее же механизм;
- б) составная часть установки и ее же механизм;
- в) составная часть построения отношений и его же механизм;
- г) составная часть общения и его же механизм.

78. Характеристика конформного типа акцентуации характера:

- а) подвижность, общительность, склонность к озорству;
- б) бездумное или просто конъюнктурное подчинение любым авторитетам, большинству в группе;
- в) эгоцентризм, жажда постоянного внимания к собственной особе, склонность к театральности, позерству, рисовке;

г) повышенная мнительность и капризность, утомляемость и раздражительность.

79. Сильный неуравновешенный тип высшей нервной деятельности по И.П. Павлову соответствует...

- а) флегматику;
- б) сангвинику;
- в) меланхолику;
- г) холерику.

80. Направленность личности, которая создается преобладанием мотивов собственного благополучия, стремлением к личному первенству, престижу:

- а) личная;
- б) деловая;
- в) общественная;
- г) нравственная.

Ключ к тесту

1Г, 2В, 3а, 4б, 5в, 6Г, 7а, 8б, 9Г, 10б, 11а, 12Г, 13в, 14Г, 15б, 16а, 17в, 18в, 19Г, 20а, 21в, 22б, 23а, 24Г, 25б, 26а, 27в, 28в, 29Г, 30б, 31а, 32Г, 33в, 34Г, 35б, 36а, 37Г, 38в, 39а, 40б, 41в, 42б, 43Г, 44Г, 45а, 46в, 47в, 48Г, 49а, 50б, 51б, 52а, 53Г, 54б, 55в, 56а, 57Г, 58Г, 59а, 60Г, 61в, 62Г, 63в, 64а, 65Г, 66в, 67б, 68а, 69Г, 70б, 71а, 72в, 73Г, 74б, 75а, 76в, 77а, 78б, 79Г, 80а.

Глоссарий

Абстрактно-логическое мышление (словесно-логическое, понятийное) – это вид мышления, осуществляемый при помощи логических операций с понятиями, символами, цифрами, не имея дела с опытом, полученным при помощи органов чувств.

Абстракция (абстрагирование) – это мысленное отвлечение от отдельных частей или свойств предмета для выделения его существенных признаков. Суть абстракции как мыслительной операции состоит в том, что, воспринимая какой-либо предмет и выделяя в нем определенную часть, мы должны рассматривать выделенную часть или свойство независимо от других частей и свойств данного предмета.

Автоматизированные процессы – бессознательные явления, включающие автоматизированные двигательные навыки (то, что раньше осознавалось, но потом перешло в подкорковые структуры), навязчивые привычки, неосознаваемые сложные двигательные акты.

Агглютинация – это объединение различных, несоединимых в повседневной жизни частей (Кентавр, Змей Горыныч и др.).

Акцентирование – это выделение характерной детали в создаваемом образе (дружеский шарж, карикатура).

Акцентуация характера – крайний вариант нормы как результат усиления отдельных черт характера.

Анализ – это мысленное расчленение чего-либо на части или мысленное выделение отдельных свойств предмета.

Анализатор – это активный орган, рефлекторно перестраивающийся под воздействием раздражителей, поэтому ощущение не является пассивным процессом, оно всегда включает в себя двигательные компоненты.

Аналогией называется такое умозаключение, в котором вывод делается на основании частичного сходства между явлениями, без достаточного исследования всех условий.

Аффект – это интенсивная, бурно протекающая и кратковременная эмоциональная вспышка, которая полностью захватывает психику человека, например, сильный гнев, ярость, ужас, бурная радость, глубокое горе, отчаяние. Это наиболее мощный вид эмоциональной реакции, поскольку соединяет главный воздействующий раздражитель со всеми смежными, образуя единый аффективный комплекс, предопределяющий единую реакцию на ситуацию в целом.

Беседа – важный метод психологических исследований, когда необходимая информация собирается в процессе разговора между психологом и испытуемым.

Бессознательное – это те явления, процессы, свойства и состояния, которые оказывают влияние на поведение человека, но не осознаются им.

Внимание – познавательный психический процесс, отражающий направленность и сосредоточенность сознания человека на определенных объектах при одновременном отвлечении от других.

Внутренняя речь – это речь, не выполняющая функции общения, а лишь обслуживающая процесс мышления конкретного человека. В отличие от внешней, внутренняя речь имеет свой особый синтаксис. Для нее характерны отрывочность, фрагментарность и сокращенность.

Внушение – это процесс неосознанного воспроизведения индивидом внутреннего опыта, мыслей, чувств и психических состояний тех людей, с которыми он общается.

Возрастные особенности – это специфические свойства психики индивида, закономерно изменяющиеся в процессе смены возрастных стадий.

Воля – это сознательное регулирование человеком своего поведения и деятельности, выраженное в умении преодолевать внутренние и внешние трудности при совершении целенаправленных действий и поступков.

Воображение — это процесс творческого преобразования представлений, отражающих реальную действительность, и создание на этой основе новых представлений, отсутствующих ранее.

Восприятие — целостное отражение предметов и явлений в совокупности их свойств и частей при их непосредственном воздействии на органы чувств.

Воспроизведение как мнемический процесс – это процесс воссоздания образа предмета, воспринимаемого ранее, но не в данный момент. Осуществляется без воздействия на рецепторы сигналов внешней среды и происходит уже после восприятия.

Гениальность – это высшая ступень талантливости. Способность создавать что-то принципиально новое в общественной жизни, в науке, литературе, искусстве и т. п. Продукты творчества гениального человека являются важным этапом в развитии той или иной отрасли деятельности.

Гиперболизация – это существенное увеличение или уменьшение предмета или отдельных его частей, которое приводит к качественно новым свойствам (Циклоп, Гулливер, Мальчик-с-пальчик).

Гнев – это эмоциональное состояние, отрицательное по знаку, как правило, протекающее в форме аффекта и вызываемое внезапным возникновением серьезного препятствия на пути удовлетворения исключительно важной для субъекта потребности.

Дебильность – нарушение психического развития, при котором человек владеет элементарными навыками письма, счета и может овладевать простыми профессиями.

Дедукция – это переход от общего положения к частному случаю. Соответственно, дедуктивным называется такое умозаключение, в котором рассуждение осуществляется в порядке, обратном индукции, то есть от общих фактов к единичному выводу.

Действие – основная единица анализа деятельности, процесс, направленный на достижение цели.

Деятельность – это активное взаимодействие человека со средой, в котором он достигает сознательно поставленной цели, возникшей в результате появления у него определенной потребности, мотива.

Диалог – это непосредственное общение двух или нескольких людей, обмен репликами. Разновидностью диалогического общения является **беседа**, при которой диалог имеет тематическую направленность. Психологически диалог является наиболее простой формой речи.

Жизненная позиция личности – система потребностей, интересов, убеждений, идеалов, определяющая избирательность и уровень активности человека.

Забывание – это процесс, противоположный запоминанию, который выражается в невозможности восстановить ранее воспринятую информацию.

Задатки – это врожденные анатомо-физиологические особенности строения нервной системы и организма в целом, составляющие индивидуальные предпосылки формирования и развития способностей.

Запоминание – это процесс запечатления и последующего сохранения воспринятой информации.

Идентификация – это отождествление индивида с некоторыми людьми или группами, позволяющее усваивать разнообразные нормы поведения, которые свойственны окружающим. Примером идентификации является полоролевая типизация – процесс приобретения индивидом психических особенностей и поведения, характерных для представителей определенного пола.

Идеомоторные процессы связывают представления о движении с выполнением движения.

Идиотия – глубокое нарушение психического развития.

Имбецильность – нарушение психического развития, при котором имеются элементы речи, но запас слов мал, произношение неправильно, познавательная деятельность крайне мала.

Индивид – человек как типичный представитель своего вида, носитель природно обусловленных свойств.

Индивидуальность – человек, охарактеризованный в аспекте его неповторимости, непохожести на других людей.

Индукция – это переход от частных случаев к общему положению, которое охватывает собой частные случаи, то есть индуктивным называется такое умозаключение, в котором рассуждение идет от единичных фактов к общему выводу.

Интеллект – совокупность умственных способностей человека, обеспечивающих успех его познавательной деятельности.

Интеллектуальные чувства – это чувства, связанные с познавательной деятельностью человека. Они возникают в процессе учебной и научной работы,

а также творческой деятельности в различных видах искусства, науки и техники.

Интерииоризация – процесс перехода от внешнего, материального действия к внутреннему, идеальному действию.

Конкретизация – это выделение у предмета или явления характерных именно для него черт, не связанных с чертами, общими для класса предмета или явления.

Креативность – это способность к творческому мышлению.

Личность – человек как типичный представитель сформировавшего его общества; формирующаяся в течение жизни совокупность индивидуальных психологических особенностей, которые определяют своеобразное для данного человека отношение к себе, обществу и окружающему миру в целом.

Метод анализа результатов деятельности – метод опосредованного изучения психологических явлений по практическим результатам и предметам, в которых воплощаются творческие силы и способности людей. Обычно в этом случае исследователь анализирует, как люди выполняют поставленные перед ними практические задачи, как они относятся к порученному делу, каких достигают результатов в зависимости от определенных условий их деятельности. Все полученные данные фиксируются и обобщаются.

Метод анамнеза – сбор данных об истории развития данного человека как субъекта труда, его трудовая биография. Возможен *субъективный* анамнез и *объективный* анамнез (взгляд со стороны).

Метод экспертных оценок – метод заключается в субъективной оценке тех или иных качеств испытуемого авторитетными людьми (экспертами). Бывает индивидуальная психологическая экспертиза и групповая (метод независимых характеристик).

Монолог – длительное, последовательное, связное изложение системы мыслей, знаний одним лицом, например, лекция, доклад, устный рассказ, выступление.

Мотивация – это совокупность побуждений, вызывающих активность индивида и направляющих его к определенному виду деятельности.

Мотивы – это те внутренние силы, которые связаны с потребностями личности и побуждают ее к определенной деятельности.

Мышление — это высший познавательный психический процесс отражения существенных связей и отношений предметов и явлений объективного мира.

Наблюдение – целенаправленное, организованное восприятие и регистрация объекта; наиболее распространенный метод, с помощью которого изучают психологические явления в различных условиях без вмешательства в их течение.

Наглядно-действенное мышление — это вид мышления, суть которого заключается в практической преобразовательной деятельности, осуществляемой с реальными предметами.

Наглядно-образное мышление — это вид мыслительного процесса, который осуществляется при непосредственном восприятии окружающей действительности в виде наглядных образов и представлений (зрительных, слуховых, тактильных).

Надсознательные процессы — бессознательные явления, включающие высокоэффективные неосознаваемые мыслительные процессы.

Направленность личности — это совокупность устойчивых мотивов, убеждений и устремлений, ориентирующих человека на достижение его жизненных целей.

Настроение — устойчивое эмоциональное состояние человека, окрашивающее в течение некоторого времени все его переживания. В отличие от чувств, настроения не имеют явной направленности на какой-то объект.

Нравственные чувства — это чувства, в которых отражается отношение человека к требованиям общественной морали. Они связаны с мировоззрением человека, его мыслями, идеями, принципами и традициями (чувство долга, патриотизма, любви к Родине).

Обобщение — мысленное объединение предметов и явлений по их общим и существенным признакам.

Образное мышление — это вид мыслительного процесса, в котором используются образы, которые извлекаются непосредственно из памяти или воссоздаются воображением.

Одаренность — это сочетание различных развитых способностей, обуславливающее особенно успешную деятельность человека в определенной области или в нескольких областях деятельности.

Олигофрения — недоразвитие сложных форм психической деятельности в результате патологической наследственности или органического поражения центральной нервной системы во внутриутробном периоде. При этом наблюдается нарушение равновесия между возбуждением и торможением в коре головного мозга, недоразвито наглядно-образное и словесно-логическое мышление.

Онтогенез (от греч. «онтос» — сущее; «генезис» — происхождение) — прижизненное развитие психики индивида, начиная с внутриутробной стадии и рождения до старости и смерти.

Опрос — метод, предполагающий ответы испытуемых на конкретные вопросы исследователя. Бывает письменным (анкетирование) или устным (беседа или интервью). Опросники и анкеты, как правило, предназначаются для описания и оценки человеком самого себя.

Отвращение — это отрицательное эмоциональное состояние, вызываемое объектами (предметами, людьми, обстоятельствами и т. д.), соприкосновение с которыми вступает в резкое противоречие с идеологическими, нравственными или эстетическими принципами и установками субъекта.

Отношение — это социализированная связь внутреннего и внешнего содержания психики человека с окружающей действительностью и сознанием;

в узком смысле – готовность к определенному взаимодействию, реально действующая связь в системе «субъект-субъект», «субъект-объект».

Отражение – это способность материальных объектов в процессе взаимодействия с другими объектами воспроизводить в своих изменениях некоторые особенности и черты воздействующих на них явлений.

Ощущение – простейший психический процесс, состоящий в отражении отдельных свойств предметов и явлений при их непосредственном воздействии на соответствующие рецепторы.

Память – это психический процесс запечатления, сохранения, узнавания и воспроизведения следов прошлого опыта.

Печаль – это негативная эмоция, связанная с переживанием негативного факта (смерть, разлука, разочарование).

Письменная речь – это разновидность монологической речи, осуществляемая посредством письменных знаков. Она более развернута, чем устная монологическая речь, поскольку предполагает отсутствие обратной связи с собеседником, но не имеет никаких дополнительных средств воздействия на воспринимающего, кроме самих слов, их порядка и знаков препинания, организующих предложение.

Поведение – это внешние проявления психической деятельности человека.

Полилог – одновременная речь нескольких человек, например, митинг.

Понятие — это мысль, в которой отражаются общие и существенные признаки предметов или явлений.

Поступок – действие, выполняя которое человек осознает его значение для других людей, то есть, его социальный смысл.

Потребность – нужда индивида в тех или иных условиях существования, предметах или людях, без которых данный индивид испытывает состояние дискомфорта.

Предположение – это умозаключение, которое строится на косвенной информации и догадках, когда нет всех необходимых для правильного решения мыслительной задачи знаний или достаточной информации.

Предсознание – информация, которая не дошла до сознания.

Представление — это процесс мысленного воссоздания образов предметов и явлений, которые в данный момент не воздействуют на органы чувств человека.

Презрение – это отрицательное эмоциональное состояние, возникающее в межличностных взаимоотношениях и порождаемое рассогласованием жизненных позиций, взглядов и поведения субъекта с жизненными позициями, взглядами и поведением объекта чувства.

Психика – особая форма отражения окружающего мира, свойственная высокоорганизованной материи (человеку и животным); свойство высокоорганизованной живой материи, заключающееся в активном отражении субъектом объективного мира, в построении субъектом неотчуждаемой от него картины этого мира и регуляции на этой основе поведения и деятельности;

высшая форма взаимосвязи живых существ с предметным миром, выраженная в их способности реализовывать свои побуждения и действовать на основе информации о нем, опосредствованная активным отражением признаков объективной реальности.

Психика человека – это субъективный образ объективного мира, который возникает в процессе взаимодействия человека с окружающей его средой и другими людьми.

Психические процессы – динамическое отражение действительности в различных формах психических явлений.

Психические свойства человека – устойчивые образования, обеспечивающие определенный качественно-количественный уровень деятельности и поведения, типичный для данного человека.

Психическое состояние – определившийся в данное время относительно устойчивый уровень психической деятельности, который проявляется в повышенной или пониженной активности личности; характеристика психической деятельности, отражающая своеобразие протекания психических процессов на определенный период времени.

Психология – наука о психике и психических явлениях.

Радость – это положительное эмоциональное состояние, связанное с возможностью достаточно полно удовлетворить актуальную потребность.

Рецепторы – это чувствительные нервные образования, которые воспринимают воздействие внешней или внутренней среды и кодируют его в виде набора электрических сигналов, поступающих в мозг, который их расшифровывает.

Речь – это процесс общения людей посредством языка; процесс материализации мысли; процесс общения людей посредством языка; катализатор всех достижений человека.

Самосознание – высший уровень развития сознания, который позволяет человеку не только отражать внешний мир, но, выделив себя в этом мире, познавать свой внутренний мир, переживать его и определенным образом к себе относиться.

Сенсибилизация – это повышение чувствительности в результате взаимодействия анализаторов или упражнения.

Сенсомоторные процессы – это процессы, в которых осуществляется связь восприятия и движения.

Сенсорная адаптация – это изменение чувствительности, происходящее вследствие приспособления органа чувств к действующим на него раздражителям.

Синестезия – это возникновение под влиянием раздражения одного анализатора ощущения, характерного для других анализаторов.

Синтез – это мысленное соединение частей предметов или явлений в одно целое, а также мысленное сочетание отдельных их свойств.

Склонности – это первый и наиболее ранний признак зарождающейся способности. Склонность проявляется в стремлении человека к занятиям определенным видом деятельности.

Смысл – субъективное понимание и отношение к ситуации, информации.

Сознание – высшая, свойственная человеку форма обобщенного отражения объективных устойчивых свойств и закономерностей окружающего мира, формирования у человека внутренней модели внешнего мира, в результате чего достигается познание и преобразование окружающей действительности.

Сознание человека – это сформированная в процессе общественной жизни высшая форма психического отражения действительности в виде обобщенной и субъективной модели окружающего мира в форме словесных понятий и чувственных образов.

Сознательное отражение – это такое отражение предметной действительности, в котором выделяются ее объективные устойчивые свойства вне зависимости от отношений к ней субъекта

Способности – это индивидуальные особенности личности, которые являются условиями успешного выполнения какой-либо одного или нескольких видов деятельности.

Сравнение – это операция установления сходства и различия между предметами и явлениями реального мира. Когда мы смотрим на два предмета, мы всегда замечаем, в чем они похожи или в чем они различаются.

Страдание – это отрицательное эмоциональное состояние, связанное с полученной достоверной или кажущейся таковой информацией о невозможности удовлетворения важнейших жизненных потребностей.

Страсть – это сплав эмоций, мотивов и чувств, сконцентрированных вокруг определенного вида деятельности или предмета.

Страх – это отрицательное эмоциональное состояние, появляющееся при получении субъектом информации о реальной или воображаемой опасности.

Стыд – это отрицательное состояние, выражающееся в осознании несоответствия собственных помыслов, поступков и внешности не только ожиданиям окружающих, но и собственным представлениям о подобающем поведении и внешнем облике.

Субъект – человек как типичный носитель видов человеческой активности.

Суждение – это форма мышления, отражающая связи между предметами и явлениями или между их свойствами и признаками.

Схематизация – это отдельные представления сливаются, различия сглаживаются, а черты сходства выделяются (образ амазонок у древних народов как воинственных женщин, презиравших мужчин).

Талант – это сочетание выдающихся способностей, обуславливающих особенно успешное, самостоятельное и оригинальное выполнение какой-либо деятельности.

Темперамент – психическое свойство личности, характеризующееся динамикой протекания психических процессов.

Тест – это стандартизированное краткое психологическое испытание, предназначенное для определения психологических качеств человека.

Тестирование – метод, во время применения которого испытуемые выполняют определенные действия по заданию исследователя.

Труд является специфическим, присущим только человеку видом деятельности.

Убеждение – сознательное аргументированное воздействие на другого человека или группу людей, имеющие своей целью изменение их суждения, отношения, намерения или решения.

Удивление – это не имеющая четко выраженного положительного или отрицательного знака эмоциональная реакция на внезапно возникшие обстоятельства.

Узнавание какого-либо объекта происходит в момент его восприятия, причем информация о данном объекте уже была ранее введена в мозг человека.

Умозаключение является высшей формой мышления и представляет собой связь между понятиями или суждениями, в результате которой из одного или нескольких суждений формируется новое суждение.

Филогенез (от греч. «филэ» – племя, род; «генезис» – происхождение) – развитие психики у позвоночных, имеющих усложняющуюся кору головного мозга (от рыб до человека).

Характер – совокупность устойчивых черт личности, которая обуславливает типичные для индивида способы поведения.

«Человек» – общее понятие, обозначающее принадлежность к человеческому роду, природа которого сочетает биологические и социальные качества.

Чувства – это устойчивые психические состояния, имеющие четко выраженный предметный характер: они выражают устойчивое отношение к каким-либо объектам (реальным или воображаемым).

Чувство – высшая, культурно обусловленная эмоция человека, связанная с определенным объектом. Чувство играет мотивирующую роль, направляя активность человека в определенном направлении.

Эксперимент – метод, предполагающий активное вмешательство исследователя в деятельность испытуемого с целью создания наилучших условий для изучения конкретных психологических явлений.

Экстериоризация – процесс превращения внутреннего психического действия во внешнее действие.

Эмоции – это психические процессы, отражающие оценку ситуации для человека в плане удовлетворения его актуальных потребностей и протекающие в форме субъективных переживаний и физиологических реакций.

Эмоционально-моторные процессы – это процессы, связывающие выполнение движения с эмоциями, чувствами, психическими состояниями, переживаемыми человеком.

Эмпатия – способность к постижению эмоционального состояния другого человека в форме сопереживания.

Эстетические чувства – это чувства, возникающие у человека в связи с удовлетворением или неудовлетворением его эстетических потребностей. К ним относятся чувства прекрасного и безобразного, возвышенного и низменного и т. д.

Язык – это система условных символов, с помощью которых передаются сочетания звуков, имеющие для людей определенное значение и смысл; система знаков, включающая слова с их значениями и синтаксис – набор правил, по которым строятся предложения.

«Я-концепция» – это динамическая система представлений человека о самом себе, в которую входит осознание человеком своих качеств (физических, эмоциональных и интеллектуальных), самооценка, а также субъективное восприятие влияющих на данную личность внешних факторов.

Список использованной литературы

1. Багадирова, С. К. Материалы к курсу «Психология личности»: учебное пособие: в 2 частях / С. К. Багадирова, А. А. Юрина. – М.: Директ-Медиа, 2014. – Часть 1. Раздел «Теории личности». – 164 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232087>
2. Багадирова, С. К. Материалы к курсу «Психология личности»: учебное пособие: в 2 частях: / С. К. Багадирова, А. А. Юрина. – М.: Директ-Медиа, 2014. – Часть 2. Раздел «Теории личности». – 172 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232088>
3. Багадирова, С. К. История психологии: учебно-методическое пособие / С. К. Багадирова, А. В. Леонтьева. – М.: Директ-Медиа, 2014. – 216 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232086>
4. Караванова, Л. Ж. Психология: учебное пособие / Л. Ж. Караванова. – 6-е изд., стер. – М.: Дашков и К°, 2024. – 264 с.: табл., схем. – (Учебные издания для бакалавров). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=711124>
5. Маслоу, А. Х. Мотивация и личность: учебник: / А. Х. Маслоу. – М.: Директ-Медиа, 2008. – 947 с. – (Психология: классические труды). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=39200>
6. Немов, Р. С. Психология: учебник: в 3 книгах: / Р. С. Немов. – М.: Владос, 2023. – Книга 1. Общие основы психологии. – 689 с.: табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=701700>
7. Обухова, Л. Ф. Возрастная психология: учебник / Л. Ф. Обухова. – 4-е изд. – М.: Педагогическое общество России, 2004. – 402 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=93278>
8. Общая психология: введение в общую психологию, психология познавательных процессов: учебное пособие: / Б. Н. Рыжов, Д. А. Донцов, М. В. Донцова, Л. В. Сенкевич; под общ. науч. ред. Б. Н. Рыжова, Д. А. Донцова; отв. ред. Д. А. Донцов. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: ФЛИНТА, 2021. – 400 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=611384>
9. Овсянникова, Е. А. Основы психологии: учебное пособие: / Е. А. Овсянникова, А. А. Серебрякова. – 3-е изд., стер. – М.: ФЛИНТА, 2020. – 271 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=564912>
10. Педагогическая антропология (Психология): учеб.-метод. пособие / Сост. Т.А. Цергой. – Майкоп: Изд-во ИП Магарин О.Г., 2009. – 104 с.
11. Психология развития личности: учебно-методическое пособие: / сост. Т. В. Шамовская, Д. Н. Гриненко; Кемеровский государственный

университет. – Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2022. – 102 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=700733>

12. Саченко, Л. А. Психология: учебное пособие / Л. А. Саченко, Л. Н. Шевцова, О. Г. Кашуба. – Минск: РИПО, 2022. – 344 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=697520>

13. Ступницкий, В. П. Психология: учебник / В. П. Ступницкий. – 6-е изд., стер. – М.: Дашков и К°, 2024. – 516 с. – (Учебные издания для бакалавров). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=711146>

14. Теплов, Б.М. Избранные труды: в 2 т. Т. 1 / Б.М. Теплов. – М.: Педагогика, 1985. – 328 с.

15. Харламенкова, Н. Е. Психология личности: от методологии к научному факту / Н. Е. Харламенкова; Институт психологии Российской академии наук. – М.: Институт психологии РАН, 2023. – 405 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=712568>

электронное учебное издание

Т.А. Цергой

ВВЕДЕНИЕ В ПСИХОЛОГИЮ

учебное пособие

изображение на обложке Изображение от freerik

Подписано к использованию 27.03.2025 г.

Объем 8,42 усл. печ. л.

ООО «ЭЛИТ». 385020, РФ, Республика Адыгея,

г. Майкоп, а/я 09.

E-mail: elit-publishing@ya.ru