

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«ВИТЕБСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ П.М. МАШЕРОВА»

Факультет социальной педагогики и психологии

Кафедра психологии

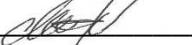
СОГЛАСОВАНО

Заведующий кафедрой


С.Л. Богомаз
02.10.2023

СОГЛАСОВАНО

Декан факультета


С.А. Моторов
02.10.2023

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС
ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

для специальности

6-05-0313-01 Психология

Составитель: С.Л. Богомаз, Т.Е. Косаревская, М.М. Морожанова

Рассмотрено и утверждено

на заседании научно-методического совета 30.10.2023, протокол № 1

УДК 159.9(075.8)
ББК 88.2я73
О-28

Печатается по решению научно-методического совета учреждения образования «Витебский государственный университет имени П.М. Машерова». Протокол № 1 от 30.10.2023.

Составители: заведующий кафедрой психологии ВГУ имени П.М. Машерова, кандидат психологических наук **С.Л. Богомаз**; доцент кафедры психологии ВГУ имени П.М. Машерова, кандидат психологических наук, доцент **Т.Е. Косаревская**; преподаватель кафедры психологии ВГУ имени П.М. Машерова **М.М. Морожанова**

Рецензенты:
кафедра психологии и педагогики УО «ВГМУ»;
заведующий кафедрой социальной и организационной психологии БГУ,
доктор психологических наук, профессор *И.А. Фурманов*

О-28 **Общая психология для специальности 6-05-0313-01 Психология** : учебно-методический комплекс по учебной дисциплине / сост.: С.Л. Богомаз, Т.Е. Косаревская, М.М. Морожанова. – Витебск : ВГУ имени П.М. Машерова, 2023. – 164 с.
ISBN 978-985-30-0086-3.

Учебно-методический комплекс разработан для обучающихся по специальности 6-05-0313-01 Психология в соответствии с требованиями образовательного стандарта (ОСВО 6-05-0313-01-2023) к содержанию учебной дисциплины «Общая психология», с учебным планом и современными подходами к профессиональной подготовке психологов. В издание включены лекционный материал, планы практических занятий, проверочные тесты. Предназначается для студентов, преподавателей учреждений высшего образования.

УДК 159.9(075.8)
ББК 88.2я73

ISBN 978-985-30-0086-3

© ВГУ имени П.М. Машерова, 2023

СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	7
РАЗДЕЛ I ПСИХОЛОГИЯ КАК НАУКА И ПРАКТИКА	9
ПОНЯТИЕ НАУКИ. ПСИХОЛОГИЯ КАК НАУКА	9
1.1 Общее представление об объекте и предмете психологической науки	9
1.2 Этапы развития психологии	10
1.3 Проблема предмета психологии	11
1.4 Психология в междисциплинарном пространстве	13
1.5 Психология как фундаментальная и прикладная наука	14
1.6 Принципы, методы и задачи психологии	16
1.7 Принципы психологии	17
1.8 Методы психологии	17
Вопросы для самопроверки и обсуждения	19
Практические задания	19
Самостоятельная работа	20
Рекомендуемая литература	21
ПСИХИКА	21
1.1 Проблема объективного критерия возникновения психики. Раздражи- мость и чувствительность	21
1.2 Развитие психики в филогенезе	22
1.3 Структура и функции психики	24
1.4 Психика и центральная нервная система	26
1.5 Закономерности развития психики человека в современной психологии	28
Вопросы для самопроверки и обсуждения	30
Практические задания	30
Самостоятельная работа	31
Рекомендуемая литература	31
СОЗНАНИЕ	32
1.1 Возникновение и развитие сознания	32
1.2 Структура сознания	33
1.3 Характеристики сознания	35
1.4 Нарушения, расстройства и измененные состояния сознания	36
1.5 Понятие о бессознательном	37
1.6 Защитные механизмы психики	40
Вопросы для самопроверки и обсуждения	41
Практические задания	42
Самостоятельная работа	42
Рекомендуемая литература	42
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	43
1.1 Психологическая теория деятельности. Структура деятельности	43
1.2 Мотивационно-личностные аспекты деятельности	45
Вопросы для самопроверки и обсуждения	48
Практическое задание	48
Самостоятельная работа	49
Рекомендуемая литература	49

РАЗДЕЛ II ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ ПРОЦЕССЫ	50
ОЩУЩЕНИЯ	50
1.1 Психофизика ощущений	50
1.2 Виды ощущений	51
Вопросы для самопроверки и обсуждения	52
Практические задания	53
Самостоятельная работа	53
Рекомендуемая литература	54
ВОСПРИЯТИЕ	54
1.1 Восприятие пространства и движения	54
1.2 Восприятие формы	56
1.3 Константность восприятия	57
Вопросы для самопроверки и обсуждения	58
Практическое задание	58
Самостоятельная работа	60
Рекомендуемая литература	60
ПАМЯТЬ	61
1.1 Основные мнемические процессы	61
1.2 Классификации видов памяти	63
1.3 Модели памяти в когнитивной психологии	65
1.4 Функциональный подход в исследованиях памяти	66
1.5 Уровни переработки информации	67
1.6 Память и организация знаний	69
Вопросы для самопроверки и обсуждения	70
Практические задания	70
Самостоятельная работа	72
Рекомендуемая литература	72
ВНИМАНИЕ	72
1.1 Проблема внимания в психологии	72
1.2 Свойства внимания	74
1.3 Виды внимания	75
1.4 Теоретические направления в исследованиях внимания	76
1.5 Исследования внимания в когнитивной психологии	77
1.6 Внимание как активность личности	78
Вопросы для самопроверки и обсуждения	80
Практические задания	80
Самостоятельная работа	81
Рекомендуемая литература	81
ВООБРАЖЕНИЕ	82
1.1 Понятие «воображение»	82
1.2 Функции воображения	82
1.3 Виды воображения	83
1.4 Воображение и органические процессы	84
Вопросы для самопроверки и обсуждения	86
Практические задания	86
Самостоятельная работа	87
Рекомендуемая литература	87

МЫШЛЕНИЕ И ИНТЕЛЛЕКТ	88
1.1 Соотношение понятий «мышление» и «интеллект»	88
1.2 Основные функции мышления	88
1.3 Виды мышления	88
1.4 Формы мышления	92
1.5 Процесс мышления	93
1.6 Мышление и творчество	94
1.7 Индивидуальные особенности интеллекта	96
1.8 Возрастные, половые и социальные особенности интеллекта	99
Вопросы для самопроверки и обсуждения	100
Практические задания	101
Самостоятельная работа	102
Рекомендуемая литература	102
РЕЧЬ	102
1.1 Общая психологическая характеристика речи	102
1.2 Эволюция идей о природе языка и речи	103
1.3 Речевой онтогенез	105
1.4 Основные психологические аспекты функционирования речи	108
1.5 Речь и мышление	111
1.6 Нарушения речевой функции	112
Вопросы для самопроверки и обсуждения	113
Практические задания	113
Самостоятельная работа	114
Рекомендуемая литература	114
РАЗДЕЛ III ПСИХИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА	115
ТЕМПЕРАМЕНТ	115
1.1 Понятие «темперамент»	115
1.2 Физиологические основы темперамента	116
1.3 Типы темперамента и их характеристика	117
1.4 Основные подходы к исследованию темперамента	118
1.5 Понятие индивидуального стиля деятельности	120
Вопросы для самопроверки и обсуждения	121
Практические задания	121
Самостоятельная работа	122
Рекомендуемая литература	122
ХАРАКТЕР	122
1.1 Понятие «характер»	122
1.2 Структура, черты и особенности характера	123
1.3 Акцентуации и формирование характера	124
Вопросы для самопроверки и обсуждения	126
Практические задания	126
Самостоятельная работа	127
Рекомендуемая литература	127
СПОСОБНОСТИ	127
1.1 Понятие «способности» и «задатки»	127
1.2 Типологии способностей	128
1.3 Уровни развития способностей	129

Вопросы для самопроверки и обсуждения	131
Практические задания	131
Самостоятельная работа	132
Рекомендуемая литература	132
САМОСОЗНАНИЕ	132
1.1 Самосознание и его сущность	132
1.2 Структура самосознания в психологии	133
1.3 Основные функциональные компоненты самосознания	135
1.4 Самоактуализация	136
Вопросы для самопроверки и обсуждения	137
Практические задания	137
Самостоятельная работа	138
Рекомендуемая литература	138
РАЗДЕЛ IV ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ	139
1.1 Место и роль психических состояний в структуре психических явлений	139
1.2 Понятие и общая характеристика психического состояния	139
1.3 Структура и свойства психических состояний	140
1.4 Функции психических состояний	141
1.5 Классификация психических состояний	141
1.6 Функциональное состояние	142
1.7 Эмоциональные состояния	143
1.8 Регуляция психических состояний	146
Вопросы для самопроверки и обсуждения	147
Практические задания	147
Самостоятельная работа	148
Рекомендуемая литература	148
Примерные вопросы к экзамену	149
Тестовые задания для проверки знаний	153

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебно-методический комплекс (УМК) «Общая психология» разработан для студентов учреждений высшего образования по специальности 6-05-0313-01 Психология в соответствии с образовательным стандартом и учебным планом для данной специальности. Учебная дисциплина «Общая психология» является базовой в подготовке будущих специалистов и направлена на формирование представлений о науке психологии как системе знаний о закономерностях психики. Содержание учебной программы ориентировано на теоретическую и практическую подготовку к профессиональной деятельности психолога. Изучение дисциплины «Общая психология» позволяет овладеть категориальным аппаратом основных научных школ современной психологии, получить знания феноменологического и теоретического характера в соответствии с предметной областью психологической науки.

Цель учебной дисциплины – усвоение студентами методологических основ психологии, приобретение теоретических знаний и практических навыков в области общей психологии.

Задачи: формирование базовых представлений о психике; изучение методологических оснований научного понимания предмета общей психологии; рассмотрение теоретических положений современной психологии; ознакомление с основными методами исследования психики; формирование понятийно-категориального аппарата общей психологии; изучение закономерностей и механизмов протекания психических процессов.

Освоение учебной дисциплины должно обеспечить формирование следующих **компетенций:**

БПК: применять на практике фундаментальные знания о психике, психической активности и социальном взаимодействии в норме и при различных заболеваниях, определить перспективные направления научных исследований с учетом истории и современных тенденций развития психологической науки.

Информационно-коммуникационные компетенции: владеть методологией поиска нового (информации, идей и т.п.), методикой анализа и адаптации знаний к своим профессиональным потребностям; уметь преобразовывать информацию в специальные знания; формировать информационную культуру обучающихся.

Проектные компетенции: осознанно и самостоятельно планировать профессиональную деятельность; осмысленно строить профессиональную карьеру; находить оптимальные решения инновационного характера.

В результате изучения данной учебной дисциплины студент **должен знать:**

- методологические и теоретические основы общей психологии;
- основные категории общей психологии;

- особенности и закономерности протекания психических процессов;
- основные разделы психологии и сферы практического использования психологического знания;

уметь:

- анализировать деятельность, поведение, сознание с использованием базовых категорий и понятий общей психологии;
- характеризовать структуру, содержание сознания, формы проявления бессознательного;
- анализировать развитие психических познавательных процессов, психических состояний, эмоциональной и мотивационно-потребностной сферы личности;

владеть:

- системой общепсихологических понятий;
- знаниями об особенностях функционирования познавательных, эмоциональных процессов, психологических состояний.

УМК включает информационный материал по основным разделам учебной программы, вопросы и задания для семинарских и практических занятий, а также для организации самостоятельной работы студентов дневной и заочной форм получения образования.

РАЗДЕЛ I ПСИХОЛОГИЯ КАК НАУКА И ПРАКТИКА

ПОНЯТИЕ НАУКИ. ПСИХОЛОГИЯ КАК НАУКА

1.1 Общее представление об объекте и предмете психологической науки

Наука – это особая форма познавательной деятельности, направленная на выработку новых системно-организованных объективных и аргументированных знаний о мире. Система психологического знания включает предмет, объект и методы исследования, а также совокупность теоретических концепций и эмпирических открытий во всех отраслях, школах и направлениях психологии. Под объектом той или иной науки понимается та сторона реальности, на изучение которой данная наука направлена. *Объект существует независимо от науки, т.е. объективно.* Вместе с тем, ни одна наука не в состоянии описать свой объект во всей полноте в силу различных причин: любая наука ограничена в своем подходе к объекту той традицией, в которой она формировалась, тем категориальным (понятийным) аппаратом, тем языком, который в ней сложился, теми средствами анализа и эмпирического исследования, которые в ней доминируют.

По объекту науки делятся на две большие группы: гуманитарные – о человеке и его деятельности (психология, социология, экономика, история и т.д.) и естественные – об окружающем мире, в том числе и о теле человека (физика, химия, анатомия, физиология, и т.д.). В рамках одного объекта идет деление наук по предмету исследования. **Объектом психологии** является человек во всех его многогранных проявлениях.

Для всякой науки важно точное определение ее предмета. **Предмет науки** – это то, какими сторонами представлен в науке изучаемый объект. Если объект существует независимо от науки, то *предмет формируется вместе с наукой и фиксируется в ее системе категорий.* В определенном смысле можно сказать, что *развитие науки есть развитие ее предмета.* Понимание предмета психологии неоднократно изменялось за время ее длинной истории и до сих пор является предметом дискуссии. В словарях психология определяется как наука о закономерностях развития и функционирования психики как особой формы жизнедеятельности.

В связи с тем, что психология, как наука, имеет дело с теоретическим отражением действительности, встает вопрос о том, какие явления считать областью компетенции психологии, а какие исключить из ее проблемного поля. По самому своему определению, психология изучает психические явления. Рассмотрение психического как особой формы активного субъективного отражения действительности, восходящая к марксистскому пониманию психики как свойства высокоорганизованной материи, предполагает, что психические явления возникают на границе идеального и материального, социального и индивидуального, символического и предметного миров. Именно на этой границе (в единстве сознания и деятельности) исследователь преодолевает понимание психики как «вещи в себе» (трансцендентного объекта, не доступного познанию, – в терминологии Канта) и получает возможность научного освоения психической реальности. Таким образом, логично описывать круг явлений, изучаемых психологией, в соотношении со сферами реальности, отражением которых они являются.

Психика может отражать четыре своеобразных «мира»: физический мир, социальный мир, мир культуры и психологический мир самого субъекта. Эти «миры» могут быть отражены психикой в различных формах: в формах процессов ощущения, восприятия, памяти, переживания, мышления, воображения. Психологические феномены существуют как в субъективных формах (т.е. осознаются, переживаются субъектом

психической жизни), так и проявляются в ряде показателей, которые можно объективно регистрировать по внешним изменениям. Предметом изучения может быть процессуальная и результативная стороны психологических явлений. Например, эмоциональный процесс может быть рассмотрен как динамическая смена внутренних душевных (субъективных) переживаний, сопровождающихся объективными показателями (дрожание рук, учащение дыхания, изменение мимики и т.д.), или же исследуется его продукт – аффект, эмоция, чувство.

Таким образом, **предметом психологии** как науки является психика человека и животных, которая включает в себя многие субъективные явления. Субъективные явления – это такие явления, которые включают все компоненты жизнедеятельности человека – ощущения, восприятие, внимание, память, воображение, мышление и речь, так называемые познавательные процессы. Другие явления – психические свойства и состояния – позволяют человеку взаимодействовать с другими людьми, общаться, управлять действиями и поступками – это потребности, мотивы, интересы, цели, воля, чувства, эмоции, склонности, и способности, знания и сознание.

1.2 Этапы развития психологии

Слово «психология» многозначно. Психология («психе» – душа, «логос» – учение, наука) – слово греческого происхождения, буквально означает «наука о душе». На этом основывается известное определение, согласно которому психология – это наука о психике. В современном общественном сознании слова «душа» и «психика» фактически являются синонимами: научная психология предпочитает использовать термин «психика», религиозные мыслители и некоторые философы говорят о «душе». В быденном языке слово «психология» используется для характеристики психического склада личности, особенностей того или иного человека, группы людей: «у него (у них) такая психология».

По словам Г. Эббингауза: «У психологии огромная предыстория и очень короткая история». Психология имеет многовековую предысторию – первые научные представления возникли в VI в. до н.э. (период Античной психологии). Поэтому возникает вопрос о периодизации истории психологии.

Различают два больших периода:

1. Период, когда психологические знания развивались в недрах философии, а также других наук, в частности, естествознания, физиологии и др. (VI в. до н.э. – середина XIX в. – охватывает около 2,5 тысячи лет.)

2. Этап развития психологии как самостоятельной науки (с середины XIX века по настоящее время).

Есть и другая периодизация становления психологии как науки: это этапы *донаучной психологии, философской психологии, научной психологии*.

Донаучная психология – это познание другого человека и самого себя непосредственно в процессах деятельности и взаимного общения людей. По выражению французского психолога П. Жане, это психология, которую народ создает еще до психологов. Здесь деятельность и знание слиты воедино, обусловленные необходимостью понимать другого человека и предвидеть его поступки. Источником знаний о психике в донаучной психологии выступают:

1) личный опыт (житейские обобщения, возникающие в результате наблюдения за другими людьми, самим собой); 2) общественный опыт (представления, традиции, обычаи, которые передаются от поколения к поколению).

Донаучное психологическое знание не систематизировано, не отрефлексировано, поэтому часто вообще не осознается как знание. В донаучном знании верные представления могут соседствовать с ошибочными обобщениями, предрассудками.

Философская психология – знание о психике, полученное с помощью умозрительных рассуждений. Знания о психике либо выводятся из общих философских принципов, либо являются результатом рассуждений по аналогии. Философское знание о психике обычно упорядочено в соответствии с теми или иными исходными принципами. На уровне философской психологии первоначально смутное, целостное понятие души подвергается анализу и мысленному расчленению с последующим объединением на основе принципов, непосредственно вытекающих из материалистического или идеалистического мировоззрений. По сравнению с донаучной психологией, которая ей предшествует и, особенно на ранних этапах, оказывает на нее большое влияние, для философской психологии характерным является не только поиск некоторого объяснительного принципа для психического, но и стремление установить общие законы, которым душа должна подчиняться так же, как подчиняются им и все природные стихии.

Научная психология возникла во второй половине XIX в. Обычно ее появление ассоциируется с использованием в психологии экспериментального метода.

Некоторые основания для этого, несомненно, есть: «создатель» научной психологии В. Вундт писал, что если определять разработанную им физиологическую психологию по методу, то ее можно охарактеризовать как «экспериментальную». Другое дело, что метод эксперимента оставался у В. Вундта вспомогательным, создающим оптимальные условия для собственно психологического метода – самонаблюдения. Кроме того, сам Вундт неоднократно подчеркивал, что экспериментальная психология – это далеко не вся психология, а лишь ее часть. Хотя XIX в. дал немало примеров удачного использования метода эксперимента, прошло достаточно времени, прежде чем психология стала по-настоящему экспериментальной наукой.

Выделение психологии в самостоятельную науку не означает полной автономии. Проблемы душевной жизни человека не могут разрабатываться вне представлений об отношениях материального и идеального, духовного и телесного, биологического и социального, субъективного и объективного, а это проблемы философского плана.

Знание в научной психологии имеет эмпирическую, фактологическую основу. Факты добываются в специально проводимом исследовании, которое использует для этого специальные процедуры (методы), главными среди которых являются целенаправленное систематическое наблюдение и эксперимент. Теории, конструируемые научной психологией, имеют эмпирическую основу, подвергаются (в идеале) всесторонней проверке.

1.3 Проблема предмета психологии

В становлении предмета психологии как науки можно выделить следующие основные этапы:

1 этап развития психологии – психология как наука о душе. Первые представления о (душе) существовали уже в древнейшие времена и предшествовали первым научным взглядам на ее природу и были связаны с анимизмом (лат. анима – дух, душа) – взглядами, согласно которым у всего, что существует на свете, есть душа. Они возникали в системе первобытных верований людей, в мифологии и религии. Наличием души пытались объяснить все непонятные явления в жизни человека.

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. 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.

Итак, на философском, донаучном, этапе развития психологии ее предметом была душа и весь круг душевных явлений. Анализ этого периода психологии показывает, что именно в этот период были сформулированы основные вопросы психологической науки, развивали сам предмет психологической науки. Ведущие проблемы, которые ставили философы античности, стали главными для психологов последующих поколений.

2. *Психология как наука о сознании.* Возникает в 17 веке в связи с развитием естественных наук. Коренной переверот происходит во взглядах как на тело, так и на душу. Тело не нуждается в регуляции со стороны души. Способность думать, чувствовать, желать называли сознанием. Основным методом изучения считалось наблюдение человека за самим собой и описание фактов. Согласно фр. ученому Рене Декарту, психика стала пониматься как внутренний мир человека, открытый самонаблюдению. Декарт открыл рефлекторную природу поведения. Он доказал, что мышца способна отвечать на внешние толчки и без всякого вмешательства души, в силу самого строения нервной системы. Это был революционный взгляд, однако распространить всю свою рефлекторную схему на психическую деятельность он не смог. На равных правах с рефлексом в его учении выступала душа как нечто независимое от тела, как особая сущность. Дуализм Декарта отвергли другие великие мыслители: Гоббс, Спиноза. В 17 веке в науке и жизни господствовал рационализм, согласно которому только разум дает истинное познание.

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. Первым вариантом экспериментальной психологии как самостоятельной научной дисциплины явилась физиологическая психология немецкого ученого В. Вундта (1832–1920), создателя первой в мире психологической лаборатории. В области сознания, полагал он, действует особая психическая причинность, подлежащая научному объективному исследованию.

3. *Психология как наука о поведении.* Возникает в 20 веке. Задачи психологии – наблюдение за тем, что можно непосредственно увидеть, а именно поведение, поступки, реакции человека. Мотивы, вызывающие поступки не учитывались.

Основоположником отечественной научной психологии считается И.М. 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. Экспериментальное направление в психологии с использованием объективных методов исследования развивал В.М. Бехтерев (1857–1927). Усилия И.П. Павлова (1849–1936) были направлены на изучение условно-рефлекторных связей в деятельности организма. Его работы значительно повлияли на понимание физиологических основ психической деятельности. 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.

Идеи отечественных ученых не остались без внимания в зарубежной психологии. Подобный взгляд на предмет психологии начал развиваться в американской психологии

в виде крупного научного направления, получившего название бихевиоризм (Дж. Уотсон, Э. Толмен, Э. Торндайк, Б. Скиннер): «Предметом психологии является поведение». Отсюда и название – от английского behaviour – «поведение» (бихевиоризм можно перевести как поведенческая психология). Бихевиористы отказывались от рассмотрения субъективного мира человека, и в качестве предмета психологии предлагали считать поведение, к которому относили все внешне наблюдаемые реакции на стимулы, которые можно фиксировать. Т.е. человек в концепции бихевиоризма понимается, прежде всего, как реагирующее, действующее, обучающееся существо, запрограммированное на те или иные реакции, действия, поведение. Изменяя стимулы и подкрепления, можно программировать человека на требуемое поведение. Бихевиоризм определил облик американской психологии XX века.

Одновременно с бихевиоризмом появляются и другие психологические концепции, которые пытаются объяснить поведение человека другими факторами. Например, гештальтпсихология (В. Келер, М. Вертгеймер): предметом изучения являлись закономерности, особенности восприятия; психоанализ (З. Фрейд, К. Юнг, А. Адлер): предмет изучения – бессознательное; генетическая психология (Ж. Пиаже): предмет исследования – развитие мышления; психологическая теория деятельности (А.Н. Леонтьев): предмет – деятельность

4. *Психология как наука, изучающая факты, закономерности и механизмы психики.* С появлением ряда теоретических концепций, в основе которых содержится социальная обусловленность психики: генетическая психология Ж. Пиаже; культурно-историческая концепция Л.С. Выготского, гуманистическая психология и др., становится все более ясно, что понимание психики как чисто индивидуального феномена, свойства высокоорганизованной материи не отражает всей реальной сложности психического. Психология XXI века мультипредметна, поскольку происходит интеграция разных направлений и единого представления о предмете психологии в настоящее время не существует.

1.4 Психология в междисциплинарном пространстве

Место психологии в системе наук. Одно из традиционных противопоставлений разделяет естественные и гуманитарные науки. Здесь определяющими является трактовка объекта и предмета науки. Если предмет рассматривается как независимый от воли исследователя, объективно существующий до и вне его акта познания, мы говорим о естественной науке. В том случае, когда свойства предмета порождаются в самом акте исследования, мы говорим о гуманитарных науках. В зависимости от позиции автора психология может реализовываться как естественная или как гуманитарная дисциплина.

Академик Б.М. Кедров помещал психологию в центре «треугольника наук». Вершину этого треугольника составляют естественные науки, нижний левый угол – общественные науки, нижний правый – философские науки (логика и гносеология). Между науками о природе (естественными) и философскими науками расположилась математика, между естественными и общественными науками находятся технические науки. Психология же занимает центральное место, объединяющее все три группы наук. Она выступает и как продукт всех других наук, и как возможный источник объяснения их формирования и развития.

Психология тесно связана с социальными (общественными) науками, изучающими поведение людей. К социальным наукам относятся психология, социальная психология, социология, политология, экономика, а также антропология, этнография. К ним примыкает группа других родственных дисциплин: философия, история, культурология, искусствоведение, литературоведение, педагогика, эстетика. Их относят к гуманитарным

наукам. Среди гуманитарных наук наиболее глубокие связи с психологией имеет педагогика. Психология также тесно связана с естественными науками, прежде всего с физиологией, биологией, физикой, биохимией, медициной, математикой. На их стыке возникают смежные области: психофизиология, психофизика, бионика, медицинская психология, нейропсихология, патопсихология и т.п.

Таким образом, психология является наукой, в которой соотносятся социально-гуманитарное и естественнонаучное знание, что определяет ее роль фундамента в системе наук. Психология интегрирует данные этих отраслей научного знания и, в свою очередь, влияет на них, становясь общей моделью человекознания. Историческая миссия психологии в современное время заключается в том, чтобы быть интегратором всех сфер человекознания и основным средством построения его общей теории.

Психология выполняет миссию объединения естественных и общественных наук в изучении человека в единую концепцию. По своим основным характеристикам науки делятся на номотетические и идиографические (В. Виндельбанд, Г. Риккерт). Исследователь, нацеленный на поиск закономерностей, стремится от констатации частного случая перейти к пониманию общей связи и для него отдельный объект наблюдения не представляет научной ценности. Номотетическая методология ориентирована не на характеристики уникальных свойств данного объекта как целого, а на выражение общей закономерности, объединяющей данный объект с множеством других. В психологии прослеживаются номотетический (например, бихевиоризм) или идиографический (например, гуманистическая психология) взгляд на перспективу описания человека. Таким образом, психология постоянно находится в состоянии методологического «кризиса» (по выражению Л.С. Выготского), который, скорее всего, никогда не будет преодолен окончательно. Однако каждая из парадигм относится к определенной части психической реальности (в соответствии с этим выделяются различные предметы психологии) и реализуется в способах описания и интерпретации психических явлений, адекватных именно ей.

1.5 Психология как фундаментальная и прикладная наука

Отрасли фундаментальной психологии. Ядром современной психологии служит *общая психология*, которая изучает наиболее общие законы, закономерности и механизмы психики. Это отрасль психологической науки, объединяющая фундаментальные психологические знания и решающая задачи по исследованию индивида.

Психология личности – (индивидуальная психология) занимается изучением социально обусловленных качеств человека, общих закономерностей характера, мотивации, самосознания. Это направление в психологии, социологии и психоанализе, выражающее идеи и теории австрийского психолога Альфреда Адлера и его последователей.

Дифференциальная психология – (психология индивидуальных различий) изучает индивидуально-психологические особенности людей, их темперамент, характер, способности, личностные свойства.

Психофизиология – изучает взаимосвязь психических явлений с работой организма, с деятельностью нервной системы. Особый научный интерес в психофизиологии представляет исследование физиологических механизмов деятельности мозга, в результате которых возникают

психические процессы, состояния, свойства человека.

Нейропсихология – занимается изучением анатомо-физиологических основ высших психических функций. Специалисты по нейропсихологии исследуют нейронные процессы в головном мозге человека, которые лежат в основе восприятия, памяти, воображения, мышления, внимания, эмоций. Это отрасль науки, сложившаяся на стыке психологии, медицины (неврологии, нейрохирургии) и физиологии. Изучает мозговые

механизмы высших психических функций на материале локальных поражений головного мозга. Рассматривает соотношение мозга и психики. Основоположник отечественной нейропсихологии А.Р. Лурия, развивая идеи Л.С. Выготского о социальной детерминации и системном строении высших психических функций, разработал теорию системной динамической локализации психических процессов – теоретическую основу нейропсихологии. Нейропсихология подразделяется на ряд направлений: клиническое, реабилитационное, экспериментальное, психофизиологическое, нейропсихология детского возраста. Она использует синдромный анализ для квалификации этих нарушений и диагноза поражений мозга. Методы анализа являют собой набор специальных проб, адресуемых к различным познавательным процессам, произвольным движениям и действиям. С помощью этих методов изучены различные нейропсихологические синдромы – закономерные сочетания нарушений высших психических функций при поражении различных мозговых структур. Нейропсихология играет большую роль в развитии общих методологических и теоретических основ психологии, в диагностике локальных поражений головного мозга и восстановлении его нарушенных функций.

Социальная психология – изучает психические явления, возникающие в процессе взаимодействия людей друг с другом, понимание людьми друг друга, межличностные отношения и воздействие людей друг на друга.

Психология развития – (возрастная психология) изучает общие закономерности развития различных психических процессов и качеств личности. В психологии развития различают детскую; психологию подростка; психологию юности; взрослого человека; геронтопсихологию (психологию старости).

Психология аномального развития – (специальная психология) изучает психологические проблемы, связанные с отклонениями от нормы. Это отрасль психологии, изучающая людей, для которых характерно отклонение от нормального психического развития, связанное с врожденными или приобретенными дефектами формирования и функционирования нервной системы. Изучает различные варианты патологии психического развития, проблемы аномального развития психики. Отдельное внимание уделяет изучению особенностей умственно отсталых детей, имеющих поражения коры головного мозга, детей с нарушением деятельности анализаторов, недоразвитием речи при сохранном слухе. В ней выделяются: тифлопсихология (психология слепых); сурдопсихология (психология глухих); олигофренопсихология (психология умственно отсталых: детей с временными задержками психического развития, с нарушениями речи); патопсихология (психология распада деятельности психической и болезненных свойств личности), и другие.

К разделам специальной психологии относится так же зоопсихология и сравнительная психология. Первый – наука о психике животных, о проявлениях и закономерностях эволюции психики животных. Второй – отрасль психологии, посвященная анализу эволюции психики, охватывающая проблемы, связанные с антропогенезом, становлением человеческого сознания и изучением общего и различного в психической деятельности человека, и животных.

Отрасли прикладной психологии. Прикладная психология – это воплощение в реальной практике достижений психологической науки. Предназначение прикладной психологии – оказать помощь человеку в сложных жизненных ситуациях. Её становление происходит в тесной взаимосвязи с фундаментальными отраслями психологии, такими как общая, возрастная, социальная психология, педагогическая психология и психология личности, основу которых составляют теоретические принципы и методы психологического познания, закономерности существования и развития психической реальности. Основная задача прикладной психологии – это не только познание психической реальности,

но и выработка средств практической помощи и психологической поддержки личности, испытывающей затруднения в решении жизненных проблем.

Медицинская психология – отрасль психологии, изучающая психологические аспекты гигиены, профилактики, диагностики, лечения, экспертизы и реабилитации больных. Определяет специфику отношений между врачом и больным. Обосновывает процедуры диагностики, лечения, профилактики, реабилитации больных.

Юридическая психология – общий раздел психологии, изучающий закономерности и механизмы психической деятельности в сфере регулируемых правом отношений, психологические проявления в условиях применения правовых норм и при осуществлении правовой деятельности.

Психология спорта – рассматривает психологические особенности личности и деятельности спортсменов, условия и средства эффективного тренировочного процесса, а так же психологические проблемы, связанные с соревнованиями.

Психология творчества – раздел психологии, изучающий процесс научных открытий, изобретений, создания произведений искусств, область исследований психологических творческой деятельности людей в науке, литературе, музыке, изобразительном и сценическом искусстве (психология искусства), в изобретательстве и рационализаторстве.

Экономическая психология – отрасль психологии, изучающая психологические явления, связанные с производственными отношениями.

Психология труда – область психологии, изучающая закономерности проявления различных психологических механизмов в трудовой деятельности, закономерности формирования конкретных форм этой деятельности и отношения человека к труду.

Психология искусства – отрасль психологии, изучающая процесс восприятия и создания произведений искусства; ее предмет – свойства и состояния личности, обуславливающие создание и восприятие художественных ценностей, и влияние этих ценностей на ее жизнедеятельность. Занимается изучением проблем художественного творчества и личности художника, восприятия художественных произведений, особенностей структуры художественных произведений.

Психология семьи и брака – междисциплинарное направление в психологии, изучающее проблемы брака и семьи.

Практическая психология помогает человеку адаптироваться к социуму, отыскать возможные пути и средства сбережения собственных личностных ресурсов жизнедеятельности, сохранить психическое здоровье.

1.6 Принципы, методы и задачи психологии

Понятие и уровни методологии. Методология науки разрабатывает проблемы приемов, способов и методов познавательной деятельности, и понимается, как правило, как наука о методе. Следовательно, под методологией научного познания будем понимать раздел науки, предметом которого являются принципы и методы получения знания.

В структуре методологического знания Э.Г. Юдин выделяет четыре уровня: философский, общенаучный, конкретно-научный, технологический:

1. Философский уровень методологии составляют общие принципы познания и категориальный аппарат науки в целом.

2. Общенаучная методология представлена теоретическими положениями, которые можно применить ко всем или к большинству научных дисциплин.

3. Конкретно-научная методология – это совокупность методов и принципов, применяемых в той или иной науке.

4. Четвертый уровень – технологическая методология – составляют методика и техника исследования, то есть набор процедур, обеспечивающих получение достоверного эмпирического материала и его первичную обработку.

Все уровни методологии взаимосвязаны, философский уровень выступает в качестве всеобщей методологии и содержательного основания познания.

Главной **задачей** психологии как науки является исследование особенностей формирования, развития и проявления психических явлений и процессов. При этом она ставит перед собой и ряд других задач:

- 1) изучение качественного и структурного своеобразия психических явлений и процессов, что имеет не только теоретическое, но и практическое значение;
- 2) анализ психических явлений и процессов в связи с их детерминированностью объективными условиями жизнедеятельности людей;
- 3) исследование физиологических механизмов, лежащих в основе психических явлений, поскольку без их знания невозможно правильно овладеть практическими средствами их формирования и развития;
- 4) планомерное внедрение научных знаний и представлений психологической науки в практику жизнедеятельности людей, их взаимодействия и взаимопонимания (разработка научных и практических методик обучения и воспитания, рационализации процесса труда в различных видах деятельности людей).

1.7 Принципы психологии

Принципами психологии являются исходные положения, которые определяют понимание сути и истоков психики людей, особенности её формирования и развития, способы подхода к её изучению и изменению.

Отечественная психология базируется на таких основных методологических принципах:

1. *Принцип детерминизма*: психика обусловлена объективной действительностью; все психические явления обусловлены деятельностью мозга; при изучении психических явлений обязательно установить причины, их вызвавшие; психика определяется образом жизни.

2. *Принцип единства сознания и деятельности*: деятельность – форма активности сознания; сознание – результат поведения и деятельности; сознание образует внутренний план деятельности.

3. *Принцип развития (генетический)*: психика постоянно развивается и изменяется как количественно, так и качественно; характеристика психического явления возможна при одновременном выяснении его особенностей в данный момент, истории его возникновения и перспективы его изменений.

С позиций современной тенденции психологических знаний можно также выделить следующие принципы интегративной психологии: *принцип целостности*: психика как сложная, открытая, многоуровневая, самоорганизующаяся система, обладающая способностью поддерживать себя в состоянии динамического равновесия; *генетический принцип* (развития): развитие человеческой психики имеет множество потенциальных направлений, которые определяются в критических точках – точках бифуркации, где система делает выбор, касающийся пути своего дальнейшего развития и др.

1.8 Методы психологии

Поскольку предмет психологии скрыт от непосредственного наблюдения (психика – это совокупность внутренних процессов), решение научно-исследовательских задач невозможно без использования специальных приемов, способов и методов изучения психологических явлений. Современная психология располагает большим арсеналом конкретных методов (наблюдение, эксперимент, анкетирование, беседа, интервью, тест, опросник, анализ продуктов деятельности и т.д.) и специальных методик, предназначенных

для изучения определенных психических явлений. Выделяют несколько классификаций психологических методов. Наиболее разработанными являются классификации Б.Г. Ананьева:

1) Организационные (лонгитюдный метод или метод продольных срезов, сравнительный и комплексный методы).

Лонгитюдное исследование – длительное и систематическое исследование одних и тех же испытуемых. *Сравнительный* метод заключается в сопоставлении различных групп испытуемых по возрастам, деятельности и другим параметрам. *В комплексном исследовании* принимают участие представители разных направлений, школ, стран.

2) Эмпирические методы (экспериментальный, психодиагностический, биографический).

Экспериментальные методы. Эксперимент отличается от наблюдения активным вмешательством в ситуацию со стороны исследователя, осуществляющего планомерное манипулирование некоторыми факторами и регистрацию соответствующих изменений в состоянии и поведения изучаемого. Лабораторный эксперимент осуществляется в искусственных условиях, как правило, с применением специальной аппаратуры, со строгим контролем всех влияющих факторов. Естественный эксперимент – психологический эксперимент, включенный в деятельность или общение незаметно для испытуемого. Формирующий (обучающий) эксперимент – метод исследования и формирования психического процесса, состояния или качества личности.

Психодиагностические методы. Тест – система заданий, позволяющих измерить уровень развития определенного качества (свойства) личности. Тесты достижений – одна из методик психодиагностики, позволяющая выявить степень владения испытуемым конкретными знаниями, умениями, навыками. Тесты интеллекта – методика психодиагностики для выявления умственного потенциала индивида. Тесты креативности – совокупность методик изучения и оценки творческих способностей. Тесты личностные – методика психодиагностики для измерения различных сторон личности индивида. Тесты проективные – совокупность методик для целостного изучения личности, основанного на психологической интерпретации, т.е. осознанном или неосознанном перенесении субъектом собственных свойств и состояний на внешние объекты под влиянием доминирующих потребностей, смыслов и ценностей. Анкета – методическое средство для получения первичной социально-психологической информации на основе вербальной (словесной) коммуникации, представляющее опросный лист для получения ответов на заранее составленную систему вопросов. Социометрия – метод психологического исследования межличностных отношений в группе с целью определения структуры взаимоотношений и психологической совместимости. Интервью – метод социальной психологии, заключающийся в сборе информации, полученной в виде ответов на поставленные, как правило, заранее вопросы. Беседа – метод, предусматривающий прямое или косвенное получение психологической информации путем речевого общения. Эффективное применение эмпирического метода зависит от того, насколько он валиден (соответствует тому, для получения и оценки чего он изначально предназначался) и надежен (позволяет получать одни и те же результаты при повторном и многократном использовании).

Современные *биографические методы* основаны на изучении личности в контексте истории и перспектив развития её индивидуального бытия. Использование биографических методов предполагает получение информации, источником которой являются автобиографические методики (опросники, интервью, спонтанные и спровоцированные автобиографии), свидетельства очевидцев, контент-анализ дневников, писем и т.п.

3) Методы обработки данных (количественный (применяются методы математической статистики и методы качественного описания и анализа данных (выделение типов, уровней, построение классификаций)).

4) Интерпретационные методы позволяют придать исследованию содержательный смысл, т.е. перевести полученные в ходе диагностики и обработки данные с языка математики на язык психологии. К ним относят:

– генетический, предполагающий выделение фаз, стадий, критических моментов развития;

– структурный, определяющий структурные связи между характеристиками личности и др.

Вопросы для самопроверки и обсуждения

1. Раскройте этапы становления психологии как науки
2. Каково место психологии в системе наук?
3. Раскройте структуру современной психологии?
4. Какие отрасли фундаментальной психологии вы знаете?
5. Какова сущность метода исследования и научного метода исследования в психологии?
6. Какие классификации научных методов исследования в психологии вы знаете? Раскройте их.
7. Перечислите основные принципы психологического исследования.
8. Назовите 4 основные группы методов в классификации Б.Г. Ананьева.
9. Назовите виды наблюдения.
11. Назовите виды эксперимента.
12. Назовите метод, характеризующийся как краткое стандартизированное исследование.
13. Перечислите виды тестов по исследуемому предмету.

Практические задания

Работа с ключевыми понятиями: психика, психология, предмет психологии, психические процессы, психические состояния, психические свойства, общая психология, возрастная психология, социальная психология, педагогическая психология, метод, методы психологии, организационные методы, эмпирические методы, методы обработки данных, методы интерпретации, методы психологического воздействия, эксперимент, наблюдение, тест, анкета, беседа, интервью. Составьте глоссарий основных понятий.

Задание 1. Составьте таблицу этапов становления психологии как науки. Укажите особенности подхода к определению предмета психологии на каждом этапе.

Задание 2. Составить таблицу для систематизации учебного материала, раскрывающую сущность методов исследования в психологии (название метода, его характеристика).

Задание 3. Определите, относительно каких методов справедливо данное высказывание. И. П. Павлов писал о методе так: «Метод – самая первая, основная вещь. От метода, от способа действия зависит вся серьезность исследования. Все дело в хорошем методе. При хорошем методе и не очень талантливый человек может сделать много. А при плохом методе и гениальный человек будет работать впустую и не получит ценных, точных данных».

Задание 4. Подготовить доклад-презентацию о деятельности отечественного психолога на выбор: Ананьев Б.Г., Выготский Л.С., Гальперин П.Я., Леонтьев А.Н., Лурия А.Р., Рубинштейн С.Л., Узнадзе Д.Н., и др.

В докладе-презентации следует отразить:

- 1) краткую характеристику эпохи (1–2 слайда);
- 2) краткую биографию (1 слайд);

- 3) психологические взгляды (2–3 слайда);
- 4) анализ психологического труда (любого на выбор) (2–3 слайда);
- 5) актуальность и связь с современностью (2–4 слайда);
- 6) краткие выводы (1 слайд).

Самостоятельная работа

Основные теории и концепции психологии

1.1 Бихевиоральное направление в психологии

Темы для докладов и рефератов:

1. Специфика бихевиористского рассмотрения личности.
2. Радикальный бихевиористский подход Дж. Уотсона.
3. И.П. Павлов: теория условных рефлексов.
4. Э. Торндайк: законы научения.
5. Необихевиоризм Э. Толмена, К. Халла.
6. Теория оперантного научения Б. Скиннера.

1.2 Когнитивное, социально-когнитивное направления

Темы для докладов и рефератов:

1. Когнитивное направление в учении личности.
2. Теория личностных конструктов Дж. Келли
3. Концепция Дж. Брунера.
4. Концепция Ж. Пиаже: развитие мышления, основанного на взаимодействии между организмом и окружающей средой.
5. Основные положения социально-когнитивной теории А. Бандуры.
6. Теория социального научения Дж. Роттера.

1.3 Психодинамическое направление: психоанализ и эго-направления

Темы для докладов и рефератов:

1. Классический психоанализ З. Фрейда. «Топографическая модель» организации психики.
2. Аналитическая теория К.Г. Юнга.
3. Индивидуальная теория А.Адлера.
4. Теория личности Г.С. Салливена.
5. Эго-психология и теория психосоциального развития личности Э. Эриксона.
6. Основные концепции и принципы теории личности Э. Фромма.
7. Значение базальной враждебности и базальной тревоги развитие личности в теории К. Хорни.

1.4 Гуманистическое и феноменологическое направления

Темы для докладов и рефератов:

1. Основные положения экзистенциализма о человеке. Гуманистическая теория личности А. Маслоу.
2. Феноменологическая теория личности К. Р. Роджерса.
3. Аутентичность как соответствие Я-концепции актуальному жизненному опыту личности.
4. Понятие «зрелой личности» и личностного роста.
5. Достижения гуманистической психологии в разработке представлений о личности.

1.5 Гештальтпсихология

Темы для докладов и рефератов:

1. Исторические корни гештальтпсихологии.
2. Основные понятия и принципы гештальтпсихологии
3. Экспериментальные следования законов восприятия.

1.6 Современные теоретические подходы в отечественной психологии

Темы для докладов и рефератов:

1. Экологическая (эко-бихевиоральная) психология;
2. Постмодернизм и социальный конструктивизм.
3. Феноменология развития и бытия личности В.С. Мухиной.
4. Психосемантический подход В.Ф. Петренко.
5. Теория надситуативной активности В.А. Петровского.

Рекомендуемая литература

1. Асмолов, А.Г. Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека: учеб. для студ. высш. учеб. заведений, обуч. по спец. «Психология», «Клиническая психология» и напр. подготовки «Психология» / А.Г. Асмолов. – 4-е изд., испр. и доп. – М.: Академия, 2010. – 447 с.
2. Леонтьев, А.Н. Лекции по общей психологии: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений, обуч. по спец. «Психология» / А.Н. Леонтьев. – 5-е изд. М.: Академия, 2010. – 511 с.
3. Марцинковская, Т.Д. Общая психология: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений, обуч. по пед. специальностям / Т. Д. Марцинковская – М.: Академия, 2010. – 381 с.
4. Нуркова, В.В. Психология: учебник / В.В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – М.: Юрайт-Изд, 2007. – 484 с.
5. Психология: учеб. для гуманит. вузов / под ред. В.Н. Дружинина. – 2-е изд. – СПб.: Питер, 2009. – 656 с.

ПСИХИКА

1.1 Проблема объективного критерия возникновения психики. Раздражимость и чувствительность

Одна из сложнейших теоретических проблем психологии – выделение критериев, по которым можно было бы определить, имеет ли тот или иной объект психику и каковы ее границы. Имеются разные подходы к этой проблеме:

1. панпсихизм – психика присуща всеми миру, как живому, так и неживому,
2. биопсихизм – психики есть у всего живого, в т.ч. и у растений,
3. антропсихизм (Декарт) – психика присуща только человеку,
4. нейрпсихизм (Дарвин) – психика свойственна всем организмам, которые имеют нервную систему,
5. мозгопсихизм – психика есть только у тех животных, у которых есть мозг.

Однако ни одна из перечисленных выше точек зрения не может быть признана удовлетворительной на современном этапе развития психологии, так как не объясняет причин возникновения психики.

Психика – это 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. Для понимания психики как высшей формы отражения следует иметь в виду, что отражение – это всеобщее свойство материи. Объекты даже неживой природы отражают результаты воздействия друг на друга, сохраняют следы этого воздействия (например, скала, омываемая морем или дождем, овеиваемая ветрами, сохраняет следы этих воздействий, изменяется ее форма).

Психическое отражение не является только зеркальным, механическим пассивным копированием мира (как зеркало или фотоаппарат), оно сопряжено с поиском, выбором. В психическом отражении поступающая информация подвергается специфической обработке, т.е. психическое отражение – это активное отражение мира в связи с какой-то необходимостью, с потребностями. Психика – это «субъективный образ объективного мира».

Психическое отражение характеризуется рядом особенностей:

1. оно дает возможность правильно отражать окружающую действительность, которая подтверждается практикой;
2. сам психический образ формируется в процессе активной деятельности человека;
3. психическое отражение углубляется и совершенствуется;
4. обеспечивает целесообразность поведения и деятельности;
5. преломляется через индивидуальность человека;
6. носит опережающий характер.

Можно выделить четыре основных уровня развития психики живых организмов:

1. раздражимость – биологическая (физиологическая) форма отражения живыми организмами окружающей среды (например, растения реагируют на освещенность, содержание микроэлементов в почве и т.д.). Его специфика в том, что оно свойственно только живым организмам. С помощью биологического отражения живые организмы способны отражать как живую, так и неживую природу.

2. чувствительность (ощущения) – психическое, т.е. сигнально-приспособительное отражение действительности. Способность реагировать не только на биологически значимые, но и на биологически нейтральные раздражители до непосредственного контакта с ним.

3. поведение высших животных (внешне обусловленное поведение) – это сложный комплекс реакций живого организма на воздействия внешней среды (собака избегает встречи с объектом, который заключает в себе определенную угрозу); адаптивное взаимодействие со средой, опосредованное психической и двигательной активностью.

4. сознание человека – высший уровень психического отражения и регуляции, присущий только человеку как общественно-историческому существу.

1.2 Развитие психики в филогенезе

Рассмотрение психики как сложного динамического идеального образа, являющегося отражением окружающей среды, предполагает анализ развития ее форм в филогенезе. Филогенетический ряд форм психического отражения представляет собой огромные вариации поведения: от простого и короткого стереотипного акта до весьма сложных вариативных цепочек последовательных действий.

В качестве объективного критерия психики А.Н. Леонтьев предлагает рассматривать *способность живых организмов реагировать на биологически нейтральные воздействия*. По А.Н. Леонтьеву, существуют три основных стадии развития психики в филогенезе: элементарная сенсорная психика, перцептивная психика и интеллект животных. Для каждой стадии характерен специфический способ отражения организмом объективной действительности и соответствует своя особая форма взаимодействия со средой.

Среда – условие существования живого организма, главный фактор, определяющий жизнь живых существ, иначе: существование живых организмов детерминировано (причинно обусловлено) условиями среды. Впоследствии, в эту схему внес существенные изменения известный отечественный зоопсихолог К.Э. Фабри, выделив в каждой из стадий по два уровня развития соответственно элементарной сенсорной и перцептивной психики, считая при этом нецелесообразным выделять отдельно стадию интеллекта.

1. *Стадия элементарной сенсорной психики.* На первой стадии развития психики находится достаточно большое количество представителей животного мира. На стадии элементарной сенсорной психики находятся простейшие, кишечнополостные и другие низшие беспозвоночные (низший уровень); кольчатые черви, моллюски (кроме головоногих) (высший уровень).

Животные, находящиеся на этой стадии развития, способны отражать лишь отдельные свойства внешних воздействий (освещенность, температуру, плотность окружающей среды). На основе такого отражения организм способен ориентироваться в гомогенной (однородной) среде. Для животных низшего уровня характерна слабодифференцированная двигательная активность. Их движения направлены в сторону благоприятных условий среды (положительные *таксисы*) или же ухода от неблагоприятных (отрицательные *таксисы*). Например, простейшие уходят из зоны повышенной кислотности (отрицательный хемотаксис) или из зоны повышенной или пониженной температуры (термотаксисы).

Сложность и целесообразность поведения животного, находящегося на высшем уровне данной стадии, может поражать, но эта программа поведения является целиком генетически фиксированной, врожденной. Это *инстинкт* – генетически фиксированная, наследуемая программа поведения. Индивидуальная изменчивость поведения животных, находящихся на данной стадии, проявляется в форме неассоциативного научения, такого как привыкание (габитуация) – изменения реакции при повторном предъявлении раздражителя. Данная реакция не является ассоциативной, связь между конкретным раздражителем и поведением организма не фиксируется – изменяется степень реакции на любой раздражитель. Так пресноводная гидра, привыкшая к механической вибрации, перестает реагировать и на изменение освещенности. Элементарное ассоциативное научение возникает на высшей стадии сенсорной психики.

2. *Стадия перцептивной психики.* На перцептивной стадии развития психики находится большинство существующих позвоночных животных – земноводные, птицы, пресмыкающиеся, млекопитающие и др. Переход живых организмов из гомогенной среды обитания в гетерогенную предметную среду приводит к необходимости отражения не только отдельных свойств, но и целостного образа предмета в его отделенности от других предметов и явлений. Способность целостного отражения предметов окружающего мира определяется особенностями деятельности животных. Животным, находящимся на данной стадии присущи крайне сложные и разнообразные программы поведения. Врожденные программы поведения уже начинают нуждаться в индивидуальной подстройке. Это может происходить как путем ассоциативного *научения* – индивидуального приобретения новых форм поведения в процессе жизнедеятельности, так и с помощью особых механизмов настройки врожденных поведенческих реакций, таких как *аверсивное обусловливание, облигантное научение и импринтинг*. Эти формы обеспечивают животным более гибкое приспособление к условиям среды. Основой ассоциативного научения является формирование временной связи между двумя стимулами, один из которых первоначально был для животного безразличен, а второй – играл роль вознаграждения. Впервые в чистом виде подобное научение было выделено в экспериментах И.П. Павлова. При сочетании первоначально индифферентного стимула (условного сигнала) с раздражителем, вызывающим у животного определенную реакцию (например, слюноотделение или отдергивание

конечности), приводит к тому, что этот нейтральный для организма стимул начинает вызывать такую же реакцию, то есть *условный рефлекс*.

3. *Стадия интеллекта*. А.Н. Леонтьев считал, что психика большинства млекопитающих остается на уровне развития перцептивной психики. На стадии интеллекта находятся наиболее высокоразвитые животные – человекообразные обезьяны. Их интеллектуальная деятельность характеризуется несколькими принципиально новыми особенностями.

Интеллектуальное поведение животных было впервые выявлено при решении двухфазных задач. Первые фазы решения не несут особого биологического смысла, поскольку овладение палкой непосредственно не приводит к удовлетворению пищевой потребности. Она имеет этот смысл только в связи с фазой употребления палки для подтягивания приманки. Лишь последняя фаза – непосредственно направлена на удовлетворение потребности в пище. Для того, чтобы животное могло осуществлять такую деятельность необходимо чтобы оно отражало объективное отношение между вещами. Этот уровень отражения и есть основная характеристика данной стадии. Интеллектуальное поведение характеризуется мгновенной перестройкой имеющихся связей и отношений между предметами и установлением новых адаптивных связей в новой, для животного, ситуации. Интеллектуальное поведение доступно не только приматам, но и хищникам и попугаям, которые составляют низший уровень данной стадии; на высшем уровне стадии интеллекта животных находятся высшие человекообразные обезьяны (горилла, орангутанг, шимпанзе). Основной чертой поведения животных, находящихся на данной стадии, является увеличение доли поведения, не связанного напрямую с питанием, таких как исследовательская активность и игра. Игровое поведение особо характерно для детенышей животных, однако и взрослые особи так же склонны к игровому поведению. Если у животных находящихся на перцептивной стадии выработка условных рефлексов может проводиться лишь на биологически значимый фактор (пищу и т.д.), то у животных находящихся на стадии интеллекта можно использовать в качестве вознаграждения и саму возможность проводить исследовательскую деятельность. К основным чертам интеллектуального поведения относятся орудийная деятельность животных и решение элементарных логических задач.

Главные особенности психической деятельности животных:

1. Вся активность животных определяется биологическими мотивами.
2. Вся деятельность животных ограничена рамками наглядных, конкретных ситуаций. Они не способны к волевому произвольному поведению.
3. Основу поведения животных составляют наследственные видовые программы. Научение у них ограничено приобретением индивидуального опыта, благодаря которому видовые программы приспособляются к конкретным условиям существования организма.
4. У животных отсутствует закрепление, накопление и передача опыта поколений в форме предметов материальной культуры.

1.3 Структура и функции психики

Структура психики. Психические явления представляют собой факты внутреннего, субъективного опыта человека. Они – на житейском уровне (уровне обыденного познания) – отражают тот спектр явлений, которое научное познание относит к категории психических: наши ощущения, мысли, чувства. Все вышеперечисленное является элементами субъективного опыта, или психическими явлениями. Одно из основных их свойств – психические явления непосредственно представлены субъекту. Так как факты субъективного опыта человека включают в себя широкий круг явлений, то существуют различные подходы к их классификации. Все психические явления неразрывно связаны,

но традиционно они делятся на *три группы*: психические процессы, психические состояния и психические свойства.

Психические процессы следует рассматривать как базовые явления, а психические состояния и свойства – как временную и типологическую модификации психических процессов. В своей совокупности все психические явления образуют единый поток отражательно-регуляционной деятельности. Психические процессы представляют первичные регуляторы поведения человека. Они характеризуются определенными динамическими параметрами, означающими, что любой психический процесс имеет свое начало, течение и окончание. Психические процессы бывают познавательными, эмоциональными и волевыми.

Познавательные психические процессы связаны с восприятием и переработкой информации, к ним относятся: ощущения, восприятие, память, мышление, воображение, речь, внимание. Вместе с тем, любые сведения, которые человек получает об окружающей действительности, не оставляют его равнодушным. Поскольку любая информация имеет определенную эмоциональную окраску, то наряду с познавательными психическими процессами принято выделять и *эмоциональные психические процессы*. К данной группе принадлежат такие психические явления, как аффекты, эмоции, чувства, настроение, стресс, а также *волевые* процессы (пробуждение потребностей, возникновение мотивов или побуждений действовать определенным образом, принятие решений и их выполнение, волевое усилие);

Все психические процессы тесно связаны друг с другом. На их основе формируются определенные психические состояния, характеризующие состояние психики человека в целом. *Психические состояния* влияют на течение и результат психических процессов, могут благоприятно сказываться на деятельности или затруднять ее. К психическим состояниям относятся устойчивый интерес, творческий подъем, сомнение, бодрость, апатия, угнетенность и т. д. Понятие «психическое состояние» характеризует статический момент, относительное постоянство психического факта.

Еще одну категорию психических явлений составляют *психические свойства* личности. Они отличаются большей устойчивостью и большим постоянством, чем психические состояния. Свойства личности (особенности личности) включает в себя направленность, темперамент, характер, способности. Понятие «психическое свойство» выражает устойчивость психического факта, его закреплённость и повторяемость в структуре личности.

Понятия «психические процессы, свойства и состояния» характеризуют функционально – содержательную сторону психики. Различные уровни психической активности отражаются понятиями «сознания и бессознательного». Особенности развития психических процессов, преобладающие психические состояния и уровень развития психических свойств в совокупности составляют неповторимость человека, определяют его индивидуальность.

Наиболее известной в психологии является структура психики, предложенная *Зигмундом Фрейдом*. Деление психики на сознание и бессознательное является основной предпосылкой психоанализа. В структуре психики Фрейд выделил:

Сверхсознание – сверх-Я – супер-Эго;

Сознание – Я – Эго;

Бессознательное – Ид – Оно.

Рассматривая их в единстве, З. Фрейд использовал эту «психическую карту», чтобы показать степень осознаваемости таких психических явлений, как мысли и фантазии. *Сознание* включает в себя только то, что мы осознаем в данный момент времени. Сознательное понимание ограничивается: а) стимулами из внешнего мира; и б) событиями внутри предсознательного – мыслями, воспоминаниями, эмоциями и т.д. Нормальный

бодрствующий взрослый не осознает непосредственно чего-либо, происходящего в бессознательном. Он может осознавать только то, что происходит в предсознательном – причем настолько, насколько он заинтересован тем, что происходит внутри его собственного ума.

Предсознательное – это часть бессознательного, которая легко может стать сознательной. Те участки памяти, которые доступны, являются частью предсознательного. Предсознательное включает элементы психики, которые доступны сознанию.

Бессознательное – это совокупность биологических, прежде всего сексуальных, инстинктов, желаний, влечений. Сфера закрыта от сознания в силу запретов, налагаемых обществом. Элементы системы *бессознательного* недоступны сознанию, и нормальный путь в сознание из бессознательного лежит через систему предсознательного.

Иной взгляд на структуру психики представлен у *Карла Густава Юнга*. Его идеи сводятся к выделению тоже трех частей в психике, но отличных: сознание, бессознательное: индивидуальное и коллективное.

Коллективное бессознательное состоит из психических первообразов архетипов. Оно составляет филогенетический опыт человека, идентичный у всех людей и образует всеобщее основание психической жизни человека. Несколько архетипов, выделяемых К.Г. Юнгом: тень – те личностные черты, которые отрицались или игнорировались; анима/анимус – представленность женского и мужского в человеке; самость – целостность, гармония человека.

Содержание *индивидуального бессознательного* обусловлено личным опытом индивида. Оно охватывает все приобретения личного существования, в том числе забытое, вытесненное, воспринятое под порогом сознания, подуманное и почувствованное. Это та часть бессознательного, которая может быть осознана.

Часть психических процессов и явлений человеком осознаются, но существует большое количество психических процессов и явлений, течение или проявление которых не отражается в сознании человека. Эти процессы относятся к группе так называемых *неосознаваемых процессов, или к бессознательному*. Бессознательное – совокупность психических явлений, процессов и состояний, не осознаваемых субъектом.

1.4 Психика и центральная нервная система

Психика человека – социально обусловленный феномен, а не естественный продукт мозга, однако реализуется она физиологическим субстратом – мозгом. Функционирование организма как единого целостного образования обеспечивается нервной системой.

Нервная система – иерархическая структура нервных образований в организме человека и позвоночных животных. Структурной единицей нервной системы является нервная клетка – *нейрон*. Он состоит из пяти частей: тела клетки, ядра, разветвленных отростков – дендритов (по ним нервные импульсы идут к телу клетки) и одного длинного отростка – аксона (по нему нервный импульс переходит от тела клетки к другим клеткам или эффекторам – мышцам или железам). Аксон имеет множество отростков. Они соединены с дендритами соседних нейронов синапсами, через которые осуществляется передача нервных импульсов.

Нервная система делится на *центральную, периферическую и вегетативную*. К центральной нервной системе относятся головной и спинной мозг. От них по всему телу расходятся нервные волокна – периферическая нервная система. Она соединяет мозг с органами чувств и исполнительными органами – мышцами. Вегетативная нервная система обслуживает внутренние органы и железы.

Раздражители среды (свет, звук, запах, прикосновение и т. п.) преобразуются органами чувств, специальными чувствительными клетками-рецепторами в нервные импульсы – серию электрических и химических изменений в нервном волокне. Нервные импульсы по приносящим (афферентным) нервным волокнам передаются в спинной

и головной мозг. Здесь вырабатываются соответствующие командные импульсы, которые передаются по выносящим (эфферентным) нервным волокнам к исполнительным органам (мышцам, железам).

Основная функция нервной системы – интеграция внешнего воздействия с соответствующей приспособительной реакцией организма.

Головной мозг – передний отдел ЦНС позвоночных, главный регулятор всех жизненных функций организма и материальный субстрат его высшей нервной деятельности. Головной мозг подразделяется на ствол мозга и передний мозг. Ствол мозга состоит из продолговатого мозга и среднего мозга. Передний мозг подразделяется на промежуточный и конечный. Все отделы мозга имеют свои функции. Так, промежуточный мозг состоит из гипоталамуса – центра эмоций и витальных потребностей (голода, жажды, либидо), лимбической системы (эмоционально-импульсивное поведение) и таламуса (осуществляющего фильтрацию и первичную обработку чувственной информации).

У человека особенно развита кора больших полушарий – орган высших психических функций. Различные нейроны коры имеют свою специфическую функцию: одна группа нейронов выполняет функцию анализа (дробления, расчленения нервного импульса), другая группа осуществляет синтез, объединяет импульсы, идущие от различных органов чувств и отделов мозга (ассоциативные нейроны). Существует система нейронов, удерживающая следы от прежних воздействий и сличающая новые воздействия с имеющимися следами.

По особенностям микроскопического строения всю кору мозга делят на несколько десятков структурных единиц – полей, а по расположению его частей – на четыре доли: затылочную, височную, теменную и лобную. Кора головного мозга человека является целостно работающим органом, хотя отдельные его части (области) функционально специализированы (например, затылочная область коры осуществляет сложные зрительные функции, лобно-височная – речевые, височная – слуховые). Наибольшая часть двигательной зоны коры головного мозга человека связана с регуляцией движения органа труда (руки) и органов речи.

Мужполушарная организация психических процессов важнейшая психофизиологическая характеристика мозговой деятельности, основанная на диалектическом единстве 2 основных аспектов: функциональной асимметрии (или специализации) полушарий мозга и их взаимодействии в обеспечении психической деятельности человека. Опираясь на понятия «функция» и «локализация», А.Р. Лурия и Л.С. Выготский сформулировали концепцию *системной динамической локализации ВПФ*, согласно которой любая психическая деятельность человека является сложной функциональной системой, обеспечиваемой целым комплексом совместно работающих аппаратов мозга. Эти функциональные системы формируются в онтогенезе и могут динамически перестраиваться в зависимости от конкретной задачи. Они имеют двойной принцип строения – вертикальный и горизонтальный. Таким образом, психическая функция любой степени сложности осуществляется при участии целого ряда корковых зон, подкорки, активизирующей системы мозга и, следовательно, не может быть локализована в каком-то одном участке коры. Один и тот же аппарат может перестраиваться для обеспечения разных видов деятельности. Е.Д. Хомская подчеркивает, что ВПФ обеспечиваются мозгом как целым, но это целое состоит из высококодифференцированных разделов, систем, каждая из которых вносит свой вклад в реализацию функции.

Динамическая локализация функций (по А.Р. Лурии).

Локализация высших психических функций (ВПФ) – это сложная система совместно работающих зон мозга, каждая из которых вносит свой вклад. Эти зоны могут располагаться различным образом. Локализация ВПФ связана с деятельностью трех функциональных блоков:

I блок – регулирует тонус и борствование. Важнейшие его части – ретикулярная формация среднего мозга, неспецифические ядра таламуса, гиппокамп и хвостатое ядро, которые работают под постоянным контролем коры больших полушарий.

II блок – блок приема, переработки и хранения информации. В него входят все задние отделы коры больших полушарий.

III блок – блок программирования, регуляции и контроля сложных форм деятельности. В его состав входят префронтальные (лобные) отделы коры больших полушарий. Их нарушения проявляются в наиболее высоком уровне регуляции психических процессов с помощью системы речевых связей. По А.Р. Лурии, он имеет особое значение в обеспечении психической (прежде всего сознательной) деятельности человека, поскольку обеспечивает программирование намерений, оценку выполненных действий и коррекцию допущенных ошибок, т. е. реализацию наиболее сложных форм регуляции целостного организма.

Теория функциональных систем П.К. Анохина

Суть данной концепции заключается в том, что человек не может существовать изолированно от окружающего мира. Он постоянно испытывает воздействие определенных факторов внешней среды. Функциональные системы (комплексы) – это объединение относительно простых рефлекторных механизмов и процессов, которые уже способны оценить результат рефлекторной деятельности и таким образом регулировать эту деятельность. Любая часть нервной системы является многоуровневой и построена по иерархическому принципу. Одиночный нейрон, нейрональная цепь, нервный центр представляют собой соподчиненные уровни системной организации, обладающей определенной направленностью действия. Системный подход абсолютно необходим при исследовании общих аспектов поведения, таких как взаимодействие сознания и подсознания, эмоций, научения и памяти. Все воздействующие на человека объекты и условия деятельности, вне зависимости от их значимости, воспринимаются человеком в виде образа. Этот образ соотносится с информацией, хранящейся в памяти, и мотивационными установками человека. Причем процесс сопоставления осуществляется, скорее всего, через сознание, что приводит к возникновению решения и плана поведения. Функциональные системы возникают всякий раз заново в зависимости от того, какая задача решается, и какие физиологические системы должны принимать участие в ее реализации.

Принципы образования функциональных систем:

- минимализация структур мозга, участвующих в реализации функций;
- закрепление, фиксация функций в мозге в матрице долговременной памяти.

Таким образом, 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. Человеческая психика формируется только прижизненно, в процессе усвоения культуры, созданной предшествующими поколениями.

1.5 Закономерности развития психики человека в современной психологии

Общий генетический закон культурного развития человека (Л.С. Выготский). Л.С. Выготский создал культурно-историческую теорию развития поведения и психики человека, согласно которой, источники и детерминанты психического развития человека лежат в исторически развившейся культуре: «Культура и есть продукт социальной жизни и общественной деятельности человека и потому самая постановка проблемы культурного развития поведения уже вводит нас непосредственно в социальный план развития».

Главные положения этой теории:

- основа психического развития человека – качественное изменение социальной ситуации его жизнедеятельности;
- всеобщими моментами психического развития человека служат его обучение и воспитание;
- исходная форма жизнедеятельности – её развёрнутое выполнение человеком во внешнем (социальном) плане;
- психологические новообразования, возникшие у человека, производны от интериоризации исходной формы его жизнедеятельности;
- существенную роль в процессе интериоризации принадлежит различным знаковым системам;
- большое значение в жизнедеятельности и сознании человека имеют его интеллект и эмоции, находящиеся во внутреннем единстве.

Применительно к психическому развитию человека Л.С. Выготский сформулировал общий генетический закон: «Всякая функция в культурном развитии ребёнка появляется на сцену дважды, в двух планах, сперва – социальном, потом – психологическом, сперва между людьми, как категория интерпсихическая, затем внутри ребёнка, как категория интрапсихическая. Переход извне внутрь трансформирует сам процесс, изменяет его структуру и функции. За всеми высшими функциями, их отношениями генетически стоят социальные отношения, реальные отношения людей».

Таким образом, согласно Л.С. Выготскому, детерминанты психического развития находятся не внутри организма и личности ребёнка, а вне его – в ситуации социального взаимодействия ребёнка с др. людьми (прежде всего со взрослыми). В ходе общения и совместной деятельности не просто усваиваются образцы социального поведения, но и формируются основные психологические структуры, определяющие в дальнейшем всё течение психических процессов. Когда такие структуры сформированы, можно говорить о наличии у человека соответствующих осознанных и произвольных психических функций, самого сознания. Содержание сознания человека, возникающее в процессе интериоризации его социальной (внешней) деятельности, всегда имеет знаковую форму. Осознать что-либо – значит приписать объекту значение, обозначить его знаком (например, словом).

Развитие высших психических функций в онтогенезе. Л.С. Выготский предположил существование двух линий развития психики: натуральной, культурно опосредствованной. В соответствии с этими двумя линиями развития выделяются «низшие» и «высшие» психические функции. Примерами низших, или естественных, психических функций могут служить непровольная память или непровольное внимание ребенка. Ребенок не может ими управлять: он обращает внимание на то, что ярко неожиданно; запоминает то, что случайно запомнилось. Низшие психические функции – это своего рода зачатки, из которых в процессе воспитания вырастают высшие психические функции (в данном примере – произвольное внимание и произвольная память). Превращение низших психических функций в высшие происходит через овладение особыми орудиями психики – знаками и носит культурных характер. Роль знаковых систем в становлении и функционировании психики человека, безусловно, принципиально – оно определяет качественно новый этап и качественно иную форму существования психики.

Высшие психические функции – сложные психические процессы, прижизненно формирующиеся, социальные по своему происхождению, опосредствованные по психологическому строению и произвольные по способу своего существования (произвольные процессы внимания, восприятия, памяти, мышления, воображения, воли, осознания себя и своих действий). Важнейшей характеристикой высших психических функций является их опосредованность различными «психологическими орудиями» – знаковыми системами, являющимися продуктом длительного общественно-исторического развития

человечества. Среди «психологических орудий» ведущую роль играет речь; поэтому речевое опосредование высших психических функций представляет собой наиболее универсальный способ их формирования. Основные характеристики высших психических функций – опосредованность, осознанность, произвольность – представляют собой системные качества, характеризующие высшие психические функции как «психологически системы». Закономерностью формирования высшей психической функции является то, что первоначально она существует как форма взаимодействия между людьми (т.е. как интерпсихологический процесс) и лишь позже – как полностью внутренний (интерпсихологический) процесс. Превращение внешних средств осуществления функции во внутренние психологические носит название интериоризации. Другая важнейшая черта, характеризующая логику развития высших психических функций, их постепенное «свертывание», автоматизация. На первых этапах формирования высшей психической функции она представляет собой развернутую форму предметной деятельности, которая опирается на относительно элементарные сенсорные и моторные процессы; затем эти действия свертываются, приобретают характер автоматизированных умственных действий. Одновременно меняется и психологическая структура высших психических функций.

Вопросы для самопроверки и обсуждения

1. В чем заключается сущность психики как основного предмета психологии?
2. Каковы основные функции психики?
3. Раскройте уровни развития психики.
4. Какие классы включены в структуру психики?
5. Почему элементарную чувствительность принято считать исходной формой проявления психики?
6. Как взаимосвязано развитие форм поведения и отражательной функции в процессе эволюции?
7. Верно ли, что психика – это субъективный образ объективного мира? Почему?
8. В чем проявляются особенности психического отражения?
9. В чем качественное отличие интеллектуальных форм поведения высших животных и мышления человека?
10. Можно ли закономерности психики, выявленные на животных, переносить на психику человека? Почему?
11. Как соотносятся психика и сознание?
12. Выделите основные предпосылки и условия развития психики в филогенезе и онтогенезе.
13. Чем отличаются теории психического развития Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, А.Р. Лурии.
14. Охарактеризуйте интерпсихическую и интрапсихическую функции.
15. Назовите отделы головного мозга его свойства и блоки.

Практические задания

Работа с ключевыми понятиями: психика, онтогенез, филогенез сознание, активность, бессознательное, инстинкт, навык, подсознательное, раздражимость, рефлексия, сенсорный уровень сознания, уровни развития психики, чувствительность. Составьте глоссарий.

Задание 1. Составьте во всех возможных деталях таблицу согласно научному подходу А.Н. Леонтьева к эволюции психического субстрата (или субстрата психического, психики, ее компонентов, элементов).

Таблица. Стадии развития психики и особенности живых существ

Стадия развития психики	Особенности нервной системы и органов чувств	Особенности психического отражения	Особенности поведения	Виды живых существ
-------------------------	--	------------------------------------	-----------------------	--------------------

Задание 2. Из данных понятий постройте логический ряд так, чтобы каждое предыдущее понятие было родовым по отношению к последующим: *психика, знание, отражение, сознание, психологическая наука, педагогическая психология.*

Задание 3. Каким образом деятельность человека, его активность отличаются от действий животных? Составьте таблицу этих различий.

Задание 4. Почему звуковую и другую сигнализацию животных нельзя отождествлять с речью человека? В чем их сходство и различие? В чем качественное различие интеллектуального поведения человека и животных?

Задание 5. Установите соответствие.

Форма поведения	Характеристика
1. Инстинкт	а) сложная система стереотипной формы поведения, присущая данному виду и генетически детерминированная
2. Навык	б) действие, сформированное путем повторения
3. Интеллектуальное поведение	в) способность устанавливать связь между элементами ситуации, переносить усвоенный опыт в новую ситуацию

Самостоятельная работа

Темы для докладов и рефератов

1 Психологические исследования высокоразвитых инстинктивных форм поведения животных.

2 Навыки и интеллект животных.

3 Развитие сознания человека в онтогенезе.

4 Происхождение и развитие психики человека.

Рекомендуемая литература

1. Асмолов, А.Г. Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека: учеб. для студ. высш. учеб. заведений, обуч. по спец. «Психология», «Клиническая психология» и напр. подготовки «Психология» / А.Г. Асмолов. – 4-е изд., испр. и доп. – М.: Академия, 2010. – 447 с.

2. Леонтьев, А.Н. Лекции по общей психологии: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений, обуч. по спец. «Психология» / А.Н. Леонтьев. – 5-е изд. М.: Академия, 2010. – 511 с.

3. Марцинковская, Т.Д. Общая психология: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений, обуч. по пед. специальностям / Т. Д. Марцинковская – М.: Академия, 2010. – 381 с.

4. Нуркова, В.В. Психология [Текст]: учебник / В.В. Нуркова, Н.Б. Березанская. – М.: Юрайт-Изд, 2007. – 484 с.

5. Психология: учеб. для гуманит. вузов / под ред. В.Н. Дружинина. – 2-е изд. – СПб.: Питер, 2009. – 656 с.

СОЗНАНИЕ

1.1 Возникновение и развитие сознания

Сознание – фундаментальная категория философии, психологии, социологии, когнитологии, определяющая важнейший компонент человеческой психики. Психология изучает происхождение, структуру и функционирование сознания. Сознание – высшая психическая форма активного воспроизведения бытия, его чувственного переживания и преобразования.

В марксистской философии и психологии сознание определялось как высший уровень психического отражения мира. Однако, согласно классику отечественной психологии Л.С. Выготскому, сознание – это единство переживания и знания. Другой представитель отечественной психологии С.Л. Рубинштейн отмечал, что каждый акт сознания можно рассматривать как точку в системе координат трех важнейших психологических категорий: отношение – познание – переживание. Следовательно, сознание не только отражение мира, но и выражение отношения к нему, единство знания и переживания и регулятор деятельности.

Термин «сознание» имеет тройное значение. Во-первых, он подразумевает осознание (интериоризацию) собственных переживаний в противоположность потере сознания и всему тому, что бывает за пределами сознания. Во-вторых, он подразумевает осознание объекта, знание о чем-то предметном и внешнем в противоположность неосознанным субъективным переживаниям, в рамках которых «Я» и объект пребывает во все еще не дифференцированном состоянии. В-третьих, он подразумевает самосознание, осознание личностью собственного «Я» в противоположность бессознательному, в рамках которого субъект и объект переживается как отдельные сущности, но личность не осознает различия между ними сколько-нибудь отчетливо.

Возникновение и развитие сознания у человека как высшей формы психического отражения относится к числу наиболее дискутируемых проблем в психологии человека. Возникновение сознания на протяжении длительного периода развития психологии принято считать ключевым фактом, послужившим переходу психического отражения со стадии интеллекта (А.Н. Леонтьев), или высшей стадии перцептивной психики, по выражению К.Э. Фабри, у животных к психике человека. На протяжении длительного времени развития советской психологии достаточно прочно устоялась точка зрения, согласно которой основными факторами появления сознания являются *коллективный труд, речь и язык*. Сознание в жизни человека появляется с момента изготовления орудия труда в процессе деятельности. Здесь имеется не только потребность в инструменте труда со знанием как его сделать, но и также знание непосредственного применения этого орудия в деятельности в будущем – это первая форма сознательной деятельности.

Второе условие возникновения сознания – появление языка – системы кодов (символов), с помощью которых обозначаются предметы внешнего мира, связи между ними, различные взаимоотношения и т.д. Л.С. Выготский, решая эту проблему, показал, что человек обладает особым видом психических функций, которые полностью отсутствуют у животных. Эти функции, названные Л.С. Выготским высшими психическими функциями, составляют высший уровень психики человека, обобщенно называемый сознанием и формируются в ходе социальных взаимодействий. Выготский утверждал, что высшие психические функции человека, или сознание, имеют социальную природу. При этом под высшими психическими функциями подразумеваются: произвольная память, произвольное внимание, логическое мышление, способность человека заставить себя запомнить некоторый материал, обратить внимание на какой-либо предмет, организовать свою умственную деятельность и др. Еще одно важное положение Выготского заключается в том, что человек овладел своим поведением, как и природой, с помощью орудий, но орудий

специальных – психологических. Эти психологические орудия он называл знаками. Главный вывод этой концепции заключается в следующем: человек принципиально отличается от животного тем, что он овладел природой с помощью орудий. Это наложило отпечаток на его психику – он научился овладевать собственными высшими психическими функциями. Для этого он также использует орудия, но орудия психологические. В качестве таких орудий выступают знаки, или знаковые средства. Они имеют культурное происхождение, причем универсальной и наиболее типичной системой знаков является речь.

Функции сознания выделяются в соответствии с тем, как определяется сознание.

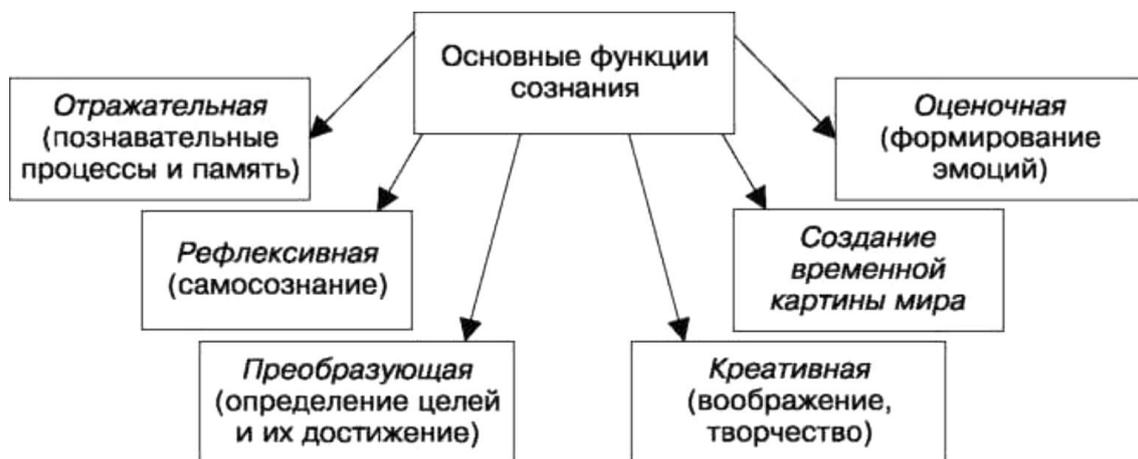


Рис. 1 – Функции сознания

Так, например С.Л. Рубинштейн определяет сознание как способность выходить за пределы своего собственного одиночного существования, отдавать отчет о своем отношении к миру и к людям, подчинять свою жизнь обязанностям, нести ответственность за содеянное, то есть как способность к рефлексии окружающего мира и себя в мире.

Опираясь на структуру сознания В.П. Зинченко, можно выделить следующие функции сознания: отражательная, порождающая, регулятивно-оценочная, рефлексивная, духовная.

Сознание играет важную роль в психике человека, но оно не охватывает всей психической жизнедеятельности. Большая часть процессов, протекающая во внутреннем мире человека, им не осознается. Неосознаваемые психические процессы, операции и состояния образуют особую сферу психической жизни и получили название **бессознательного**. Представление о бессознательном как совокупности психических процессов, операций и состояний, не представленных в сознании субъекта, впервые было сформулировано в XVIII веке немецким философом Г.В. Лейбницем. В психологии концепция бессознательного получила наибольшее развитие в начале XX века в работах З. Фрейда.

1.2 Структура сознания

Сознание имеет сложное строение, оно структурировано и включает в себя несколько слоев. По А.Н. Леонтьеву, следует говорить о трех, различных по своему функциональному значению образующих сознания в содержательном триединстве:

а) значение. Совокупность значений включает в себя не только значения слов языка, но и значения событий, состояний и т.д. В универсальных значениях, которыми оперирует сознание, в свернутой форме представлен весь опыт культуры, важные для всех людей («общественные») свойства предметов.

б) смысл. Личностный смысл, в отличие от универсального значения «для всех», фиксирует, что то или иное событие значит для человека лично, как оно относится к его системе мотивов.

в) чувственная ткань образа. Основная функция чувственной ткани сознания заключается в создании «чувства реальности» внешнего мира: мир выступает для субъекта как существующий не в сознании, а вне его.

В свою очередь В.П. Зинченко включил в структуру сознания еще одну «образующую», так называемую биодинамическую ткань движения и действия. На основании всей совокупности составляющих сознание человека элементов В.П. Зинченко определил 3 уровня сознания (рис. 2).

Первый исходный уровень – бытийное сознание (сознание для бытия), или экзистенциальное, – включает в себя:

- биодинамические свойства движений, опыт действий;
- чувственные образы.

На бытийном уровне сознания решаются очень сложные задачи, поскольку для эффективного поведения необходима актуализация нужного в данный момент образа и нужной программы движений. Образ действия должен вписываться в образ мира, что и обеспечивает бытийный слой сознания. Бытийный слой содержит в себе истоки и начала рефлексивного слоя, поскольку значения и смыслы рождаются в бытийном слое. Выраженное в слове значение содержит: 1) образ, 2) операционное и предметное значение, 3) осмысленное и предметное действие. Слова, язык не существуют только как язык, в них объективировались формы мышления, которые нами и овладевают через использование языка.

Второй уровень сознания – рефлексивное (сознание для сознания) – включает в себя:

- значение;
- смысл.

Значение – содержание общественного сознания, усваиваемое человеком.

Смысл – субъективное понимание человеком ситуации, информации и отношение к ним.

Смысл и значение взаимосвязаны: смысл указывает на значение того или иного предмета, явления для личности. Происходят процессы взаимной трансформации значений и смыслов (осмысление значений и означение смыслов).

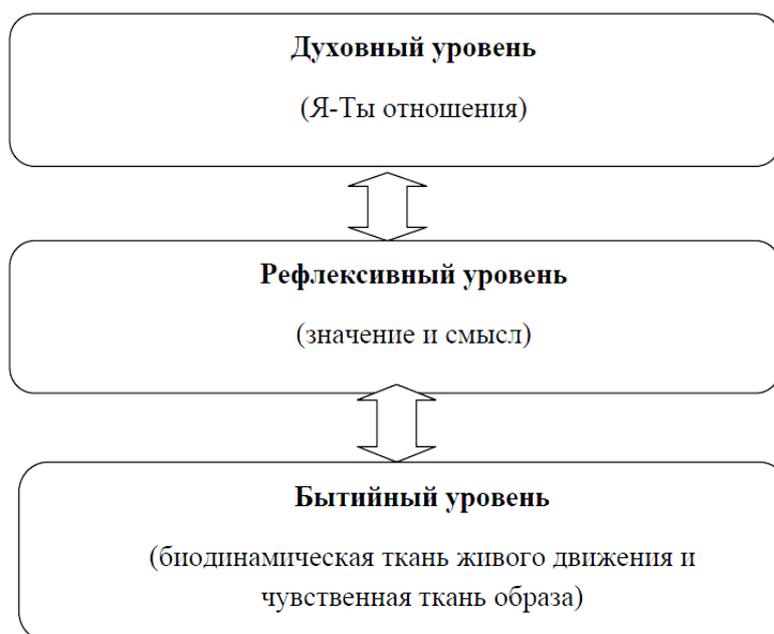


Рис. 2 – Трёхуровневая модель сознания В.П. Зинченко

В последних работах В.П. Зинченко, наряду с другими психологами, признает ограниченность любой модели сознания, в которой не представлен его духовный слой. Духовный слой в структуре целого сознания должен играть ведущую роль, одушевлять и воодушевлять бытийный и рефлексивный слой. Однако в рамках материалистически ориентированной психологии отсутствуют понятия для выражения духовных компонентов сознания. В современной научной психологии слишком мало опыта обсуждения проблем сознания на основе трехслойной модели и требуется немалая концептуальная работа для того, чтобы без противоречий «вписать» духовный слой в структуру сознания. Сознание управляет самыми сложными формами поведения, требующими от человека постоянного внимания и сознательного контроля, и включается в действие в тех случаях, когда:

- возникают неожиданные, интеллектуально сложные проблемы, не имеющие очевидного решения;
- требуется преодолеть физическое или психологическое сопротивление на пути движения мысли или телесного органа;
- надо осознать конфликтную ситуацию и найти из нее выход;
- человек оказывается в ситуации, содержащей потенциальную угрозу для него в случае непринятия немедленных действий.

Подобного рода ситуации возникают перед людьми практически непрерывно, поэтому сознание как высший уровень психической регуляции поведения постоянно функционирует.

1.3 Характеристики сознания

Можно выделить четыре важнейшие эмпирические характеристики сознания:

- Пространственную (способность осознавать себя в определенном месте, перемещаться, преобразовывать пространство).
- Временную (способность осознавать прошлое, настоящее и будущее в их единстве, способность прогнозировать и моделировать будущее).
- Информационную (способность обрабатывать информацию и принимать решения, отслеживать логические связи, в том числе между событиями).
- Энергетическую (способность активировать энергетическое состояние организма посредством мотивации). Человек с ясным сознанием оценивает вновь поступающую в мозг информацию с учетом уже имеющихся у него знаний, выделяет себя из окружающей среды, сохраняет сложившуюся систему отношений к своему окружению и на основе этих данных управляет своим поведением. Он дает относительно четкие и адекватные ответы на вопросы, а выражение его лица и взгляд гармонируют с внутренним состоянием и окружающей обстановкой.

Следовательно, сознание – высшая форма психического отражения реальности, присущая только человеку; это высший уровень психического отражения действительности и саморегуляции, проявляющийся в способности личности отдавать себе ясный отчет об окружающем, о настоящем и прошлом времени, принимать решения и в соответствии с ситуацией управлять своим поведением.

Сознание человека обладает рядом свойств, благодаря которым отражение человеком окружающего мира носит субъективный характер:

1. Активность. Сознание связано с деятельностью, с активным воздействием на окружающий мир.
2. Избирательный характер. Сознание направлено не на весь мир в целом, а только на определенные его объекты (чаще всего связанные с какими-то нереализованными потребностями).
3. Обобщенность и отвлеченность. Сознание оперирует не реальными предметами и явлениями окружающего мира, а обобщенными и абстрактными понятиями.

4. Целостность. В рамках данного свойства возможны внутренние конфликты ценностей или интересов. При некоторых видах психических заболеваний целостность сознания нарушается (например, при шизофрении).

5. Константность. Относительная устойчивость, неизменчивость и преемственность сознания, определяемые памятью. Константность сознания обуславливается свойствами личности.

6. Динамичность. Изменяемость и способность к непрерывному развитию, обуславливаемая кратковременными и быстро сменяющимися психическими процессами, которые могут закрепляться в состоянии и в новых свойствах личности.

7. Искаженность. Сознание всегда отражает действительность в искаженном виде (часть информации теряется, а другая часть искажена индивидуальными особенностями восприятия и установками личности).

8. 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.

9. Способность к рефлексии. Сознание обладает способностью к самонаблюдению и самооценке, а также способно представить, как его оценивают другие люди.

1.4 Нарушения, расстройства и измененные состояния сознания

Нарушения и расстройства сознания – огромная научная проблема, которой занимаются разные науки, прежде всего, психология, нейрофизиология и психопатология. Нарушения сознания в узком смысле этого слова можно разделить, во-первых, на те, которые имеют естественное происхождение и характерны для всех людей; во-вторых, на те, которые появляются только у некоторых людей по разным причинам (травматические, химические, соматические и др.).

Уровни ясности сознания различны – от творческого озарения, вдохновения (в момент творческого порыва, приводящего к научному открытию, решению), ясного сознания к состоянию релаксации; различной ясности при постепенном расширении сознания при пробуждении (и наоборот, сужении при засыпании); состояния измененного сознания в гипнозе, при приеме различных психотропных средств, физическом оглушении или психическом шоке – до минимальных проявлений сознания во сне и состоянии комы. К измененным состояниям сознания относят большое множество состояний сознания, заполняющее пространство между бодрствованием и сном.

Сон является одним из самых распространенных измененных состояний сознания. Сон – это неоднородное состояние. Выделяют две стадии сна: медленноволновой сон и быстроволновой сон (парадоксальный сон). Данные названия связаны с тем, что мозг на разных стадиях сна генерирует различные паттерны электрической активности, фиксируемые с помощью электроэнцефалограммы (ЭЭГ).

Отдельно могут быть отмечены такие нарушения сознания, как сопор и кома, которые отличаются друг от друга по длительности (как правило, кома длится дольше и не всегда заканчивается восстановлением сознания). Различие между ними состоит и в глубине т.н. помрачения сознания. Кома характеризуется более глубоким нарушением сознания.

Искусственно вызываемые состояния сознания. Трансовые состояния. К трансовым относят суженные состояния сознания, достигаемые различными способами. Трансовые состояния можно представить как особую отрешенность сознания, вызываемую произвольно (при аутогенных тренировках, с помощью разнообразных ритуалов (религиозные обряды), сеансов самовнушения и гипнотического воздействия, медитаций) или возникающую спонтанно при «застревании», сосредоточении внимания на объектах интроспекции или качествах восприятия внешних предметов.

Патологические состояния сознания. Данные состояния сознания вызывают с помощью химических веществ, воздействующих на головной мозг. Эти психотропные вещества могут ускорять передачу сенсорных сигналов, либо блокировать или видоизменять, либо мешать некоторым нервным центрам нормально выполнять свои функции. При многократном применении эти вещества вызывают физическую и психическую зависимость, когда человек не может существовать без этих веществ.

В современной психологии отдельно от всего сказанного выше и весьма активно обсуждается также вопрос о других видах измененных состояниях сознания (ИСС). Измененными состояниями обычно называют качественные изменения в субъективных переживаниях или психологическом функционировании сознания субъекта, приводящие к появлению временных отклонений от характерных для него стандартов. К примерам измененных состояний сознания часто относят т.н. «*тиковые переживания*» (как со знаком «+», так и со знаком «-»), связанные с ситуациями высших достижений или, наоборот, поражений; с различными событиями очень большой личностной значимости и др. В качестве еще одной разновидности ИСС указывают на предсмертные переживания и на переживания неизлечимо больных людей.

Расширенные состояния сознания (РСС). Расширенное состояние сознания, по мнению В.В. Козлова, качественно отличается от состояний, возникающих при глубоком гипнозе, трансе, медитациях и пр. Это особое психологическое и психофизиологическое состояние, по характеристикам не похожее на сон, патологические нарушения сознания, например при приеме алкоголя или психоделических препаратов.

Холотропные состояния сознания (ХСС) – термин, введенный С. Грофом для выделения в особую группу глубоких изменений в сознании, граничащих с множеством патологических состояний. Холотропные состояния характеризуются особыми трансформациями сознания, при которых изменения происходят во всех сферах восприятия, что сопровождается сильными и зачастую необычными эмоциями, а также с глубокими переменами в мыслительных процессах. Холотропные состояния можно разделить на две группы: перинатальные и трансперсональные переживания.

1.5 Понятие о бессознательном

Сознание не является единственным уровнем, на котором представлены психические процессы, свойства и состояния человека, и далеко не все, что воспринимается и управляет поведением человека, актуально осознается им. Бессознательное начало в той или иной мере представлено практически во всех психических процессах, свойствах и состояниях человека. Вопрос о соотношении сознания и бессознательного весьма сложен и по-разному решается в разных психологических теориях, и в количественном плане не поддается измерению, но, по мнению Г. Лейбница и З. Фрейда оно может напоминать айсберг с небольшой надводной частью (сознательное) и гораздо большей по размерам – подводной (бессознательное). Иную аналогию использовал К.Г. Юнг: он писал о том, что сознание можно представить как тонкую пленку на поверхности огромного океана бессознательного.

В ряде психологических теорий бессознательное – особая сфера психического или система процессов, качественно отличных от явлений сознания. В широком смысле этого понятия представляет собой совокупность психических процессов, операций и состояний, не представленных в сознании субъекта. Термин «бессознательное» используется также для характеристики индивидуального и группового поведения, действительной цели, последствия которого не осознаются.

Таким образом, можно выделить, по крайней мере, три различных содержания этого термина:

1. Бессознательное как неосознаваемое (Г. Лейбниц).

2. Бессознательное как особая биологически древняя психика, над которой надстраивается социальное сознание (З. Фрейд).

3. Бессознательное как переходное состояние между материей и психикой (Д.Н. Узнадзе).

В современном научном понимании проблемы бессознательного можно выделить два основных направления: теорию психоанализа, основоположником которой стал З. Фрейд, и теорию психологической установки Д.Н. Узнадзе. Эти подходы различаются взглядами на взаимодействие бессознательного с сознанием и психикой в целом. Психоаналитическая теория противопоставляет сознательное бессознательному и рассматривает их как взаимоисключающие элементы психической деятельности. Психология установки, напротив, имеет в своей основе идею целостной психики, опираясь на представление о единстве человеческой личности.

Неосознаваемые процессы можно разделить на три группы (Ю.Б. Гиппенрейтер):

1. неосознаваемые механизмы сознательных действий;
2. неосознаваемые побудители сознательных действий;
3. «надсознательные» процессы.

В группу *неосознаваемых механизмов сознательных действий* входят:

а) *неосознаваемые автоматизмы* – обычно действия или акты, которые совершаются «сами собой», без участия сознания, т.е. это комплексы стереотипно совершающихся действий в типовых ситуациях, динамические стереотипы – цепные последовательности реакций в привычной обстановке (привычное управление техникой, выполнение привычных обязанностей, манера обращения с привычными предметами, речевые и мимические особенности). Некоторые из этих процессов никогда не осознавались (т.н. первичные автоматизмы – либо врожденные, либо формируются в течение первого года жизни ребенка. Первичные автоматизмы не осознаются и не поддаются осознанию. Это автоматические действия, связанные с миганием, схватыванием предметов, ходьбой, сосанием и т.д.), другие же прошли через сознание и перестали осознаваться (т.н. вторичные автоматизмы – автоматизированные действия или навыки, благодаря которым происходит высвобождение сознания и направление его на более сложные аспекты деятельности) Автоматизированные действия лежат в основе развития умений, знаний, навыков).

б) *явления неосознаваемой установки*. По мнению советского психолога Д.Н. Узнадзе, который создал теорию установки, установка – это готовность организма или субъекта к совершению определенного действия или реагирования в определенном направлении. Следует подчеркнуть, что понятия «навык» и «установка» абсолютно не тождественны. Если навык проявляется во время осуществления действия, то готовность относится к периоду, предшествующему осуществлению действия. Существуют различные виды установки: моторная установка – готовность к выполнению конкретного действия; умственная установка, заключающаяся в готовности решать интеллектуальные задачи с помощью известных и доступных способов; перцептивная установка – готовность воспринимать то, что ожидаете увидеть, и т.д. Состояние готовности, или установка, имеет очень важное функциональное значение – субъект, подготовленный к определенному действию, имеет возможность осуществить его быстро и точно, т. е. более эффективно.

в) *неосознаваемые сопровождения сознательных действий*. К ним относятся непроизвольные движения, тоническое напряжение, мимику и пантомимику, а также большой класс вегетативных движений, сопровождающих действия и состояния человека. Многие из этих процессов, особенно вегетативные компоненты, составляют классический объект физиологии. Важность их изучения определяется тем, что обсуждаемые процессы включены в общение между людьми и представляют собой важнейшие дополнительные (наряду с речью) средства коммуникации. И могут быть использованы как объективные показатели различных психологических характеристик человека – его намерений, отношений, скрытых желаний, мыслей и т.д. Именно с расчетом на эти процессы

в экспериментальной психологии ведется интенсивная разработка так называемых объективных индикаторов (или физиологических коррелятов) психологических процессов и состояний. Таким образом, комплексное использование фактов сознания, поведения и физиологических процессов, дает возможность проникать в различные сферы неосознаваемого психического.

Группа неосознаваемых побудителей сознательных действий. Исследования этих неосознаваемых побудителей широко было развёрнуто З. Фрейдом. З. Фрейд считал, что самая глубинная и значимая область человеческого разума – это бессознательное. Бессознательное является хранилищем для примитивных инстинктов, эмоций и воспоминаний, настолько угрожающих сознанию, что они вытеснены в область бессознательного. Эти подавленные инстинкты и эмоции определяют наше повседневное существование. Существуют три группы таких явлений.

1. Явления, связанные с восприятием, воображением, памятью. Сюда относятся сновидения, мечты, грезы. По мнению Фрейда, содержание сновидений в большинстве случаев обусловлено неудовлетворенными желаниями и потребностями человека. Недовольство порождает напряжение, а сновидение является способом устранения напряжения путем реализации желаний в символической форме. Если желаемые формы поведения неприемлемы для человека на сознательном уровне, то их явное проявление даже во сне не допускается усвоенными нормами морали, так называемой цензурой. Сознание и бессознательное вступают в противоборство. И тогда бессознательное действует «в обход» цензуры, зашифровывая содержание сновидений, запутывая его, выдвигая на первый план второстепенные детали сновидения, а основное, скрывая в тени. Психоанализ практикует методику толкования таких сновидений, позволяющую выводить на уровень осознания скрытые, бессознательные мотивы человека. Только таким образом можно избавиться от проблем, вызванных этими скрытыми мотивами.

2. Группа ошибочных действий. Сюда входят оговорки, опiski, ошибки при написании слов, неправильное понимание их при слушании. Оговорки представляют собой бессознательно детерминированные артикуляционные речевые действия, связанные с искажением звуковой основы и смысла произносимых слов. Такие искажения, особенно их смысловой характер, неслучайны. Оговорки возникают из столкновения бессознательных намерений человека, других его побуждений с сознательно поставленной целью поведения, которая находится в противоречии со скрытым мотивом. Согласно представлениям Фрейда в подобных явлениях проявляются скрытые от сознания личности мотивы, мысли, переживания. Ошибочные действия, как и сновидения, возникают при столкновении бессознательных намерений человека с сознательно поставленной целью поведения, в случае если она находится в противоречии со скрытым мотивом. Когда бессознательное одерживает победу, то возникают оговорка, описка, ошибка.

3. Группа произвольных забываний. Это может быть забывание имен, намерений, обещаний, событий и прочих явлений, связанных с неприятными переживаниями человека. Забывание имен представляет собой другой пример бессознательного. Оно связано с какими-то неприятными чувствами забывающего по отношению к человеку, который носит забытое имя, или к событиям, ассоциируемым с этим именем. Такое забывание обычно происходит против воли, и данная ситуация характерна для большинства случаев забывания имен. В данном случае срабатывает один из защитных механизмов – механизм вытеснения неприемлемых для человека воспоминаний, мыслей, переживаний в сферу бессознательного.

Следует отметить, что теория З. Фрейда, несмотря на свою противоречивость, все же позволяет понять многие механизмы неосознаваемых действий человека.

Третий класс неосознаваемых процессов – *«надсознательные» процессы*. К этой категории относятся процессы образования некоего интегрального продукта в результате большой сознательной (как правило, интеллектуальной) работы. С этим явлением

мы сталкиваемся при попытке решить какую-то сложную и значимую проблему. Можно долго перебирать всевозможные варианты, анализировать имеющуюся информацию, но четкого решения проблемы еще нет. Неожиданно, как-то само собой, а иногда используя незначительный повод, находится решение данной проблемы. При этом становится все ясно, четкое представление сути этой проблемы и знания как ее решить. Сам же процесс выработки решения для человека остается неосознаваемым. В повседневной жизни подобные явления часто называют интуицией, т. е. способом принятия решения путем анализа на уровне, находящемся вне контроля сознания.

1.6 Защитные механизмы психики

Впервые термин «защитный механизм» ввел Зигмунд Фрейд. в своей книге «Защитные нейропсихозы» (1894) для обозначения способа борьбы больных истерией с неприятными и непереносимыми для сознания представлениями. В понимании З. Фрейда – это совокупность действий, направленных на уменьшение или устранение любого изменения, угрожающего целостности и устойчивости психики индивида.

Функциональное значение психологических защит состоит в ослаблении тревоги, напряжения, беспокойства, фрустрации, обусловленных противоречием между импульсами бессознательного и требованиями внешней среды, возникающими в результате взаимодействия с окружающим. Психологическая защита выполняет функцию регуляции поведения человека, делая его более адаптивным, повышает приспособляемость, стабилизирует психику и нормализует состояние личности.

К основным защитным механизмам относятся: вытеснение, проекция, замещение, рационализация, реактивное образование, регрессия, сублимация, отрицание.

Вытеснение. Одним из главных и первичных механизмов является вытеснение, которое заключается в отбрасывании неприятных событий, мыслей, переживаний. Подавление не бывает окончательным, оно часто является источником телесных заболеваний психогенной природы (головные боли, артриты, язва, астма, сердечные болезни, гипертония и т.п.). В результате человек перестает осознавать внутренние конфликты, а также не помнит травматических событий прошлого. Вытесненные импульсы не теряют своей активности в бессознательной сфере и предстают в виде сновидений, шуток, оговорок и т.п. Психика затрачивает огромное количество энергии на их подавление.

Проекция. По своей значимости следующим механизмом является проекция – приписывание собственных социально нежелательных чувств, желаний, стремлений другим. Этот механизм психологической защиты дает возможность снять с себя ответственность за собственные черты характера и желания, которые кажутся неприемлемыми. Например, необоснованная ревность может быть результатом работы механизма проекции. Защищаясь от собственного желания неверности, человек подозревает в измене своего партнера.

Замещение. В этом защитном механизме проявление инстинктивного импульса переадресовывается от более угрожающего объекта или личности к менее угрожающему. Замещение бывает двух видов: замещение объекта и замещение потребности. Замещение объекта выражается в перенесении негативных реакций с объекта, их провоцирующего, на объект, не причастный к конфликтной ситуации. Это происходит, когда «нужный» объект недоступен в силу своего социального статуса или иных причин. Так, гнев, предназначенный начальнику, часто изливается на членов семьи. Второй вид представляет собой изменение позитивного чувства, не находящего подкрепления, на противоположное при сохранении объекта (например, безответная страсть сменяется ненавистью). В обоих случаях замещение происходит неосознанно. Защитные эффекты при этом достигаются за счет разрядки напряжения.

Рационализация. Рационализация как защитный процесс заключается в том, что человек бессознательно изобретает приемлемые моральные, логичные обоснования,

аргументы для объяснения и оправдания неприемлемых форм поведения, мыслей, поступков, желаний, для объяснения своих неудач. Подобное необходимо для сохранения собственного положительного представления о себе.

Реактивное образование. Реактивное образование становится механизмом психологической защиты, когда человек демонстрирует действия, противоположные его подлинным переживаниям. В случае данной защитной реакции человек бессознательно проводит трансформацию одного психического состояния в другое (например, ненависть – в любовь, и наоборот). Например, чрезмерный гнев в иных случаях есть лишь бессознательная попытка завуалировать интерес и добродушие, а показная ненависть – является следствием любви, которая испугала человека, бессознательно решившего скрыть ее за попыткой открытого выплескивания негатива.

Регрессия. При регрессии человек возвращается к более ранним формам поведения. Регрессия позволяет приспособиться к травмирующей ситуации за счет неосознанного возвращения к привычным с детства формам поведения: плачу, капризам, эмоциональным просьбам и др. Данный вид защиты особенно часто проявляется в ситуации болезни, когда взрослый человек начинает вести себя как ребенок. Регрессия дает возможность сбросить с себя бремя ответственности за происходящее: ведь в детстве за многое отвечали родители.

Сублимация. Сублимация – это бессознательное переключение отрицательной психической энергии на занятия социально-полезным трудом. Сублимация выражается в том, что человек, испытывающий какой-либо невротический конфликт, находит замещение внутренней тревожности переключением на другое занятие (творчество, рубка дров, уборка квартиры и проч.). Этот механизм рассматривают как единственную конструктивную стратегию поведения в ситуации психологического дискомфорта.

Отрицание. Этот защитный механизм позволяет игнорировать (отрицать) очевидные факты, защищая психику от травм. Это полный отказ от неприятной информации. Отрицание часто становится первой реакцией на боль потери или на наличие опасного заболевания. Уход в фантазию, отрицание какого-либо события как «неправды». «Этого не может быть» – человек проявляет яркое безразличие к логике, не замечает противоречий в своих суждениях;

Рассматривая механизмы психологической защиты личности, необходимо помнить следующее:

- 1) защитные механизмы проявляются на бессознательном уровне, т.е. человек не осознает, что использует механизмы защиты;
- 2) защитные механизмы не проявляются изолированно, т.е. личностью обычно используется 1–2 механизма защиты;
- 3) защитные механизмы охраняют человека от тревоги, напряженности, предотвращают дезорганизацию поведения и помогают сохранить целостность личности.
- 4) осведомленность человека о существовании у него психологических защит помогает ему лучше понимать и принимать себя.

Вопросы для самопроверки и обсуждения

1. Сознание, как высший уровень психического отражения действительности.
2. Основные характеристики сознания.
3. Свойства сознания.
4. Происхождение сознания.
5. Сознание в материалистической и идеалистической трактовке.
6. Роль труда в возникновении сознания человека.
7. Взаимосвязь развития мозга и сознания.
8. Понятие бессознательного.
9. Соотношение между сознанием и коллективным бессознательным.

10. Фрейд и его представление о бессознательном.
11. Формы проявления бессознательного.
12. Индивидуальное и коллективное бессознательное.
13. Метод свободных ассоциаций и метод анализа сновидений в выявлении бессознательных аффективных комплексов.

Практические задания

Работа с ключевыми понятиями: сознание, смысл, значение, рефлексия, интериоризация, экстериоризация, высшие психические функции, бессознательное, коллективное бессознательное, архетип, установка, автоматизм, инсайт, механизмы защиты психики.

Задание 1. В каком из следующих отношений находятся пары понятий:

1. а) психика – б) отражение; 2. а) сознание – б) отражение; 3. а) психика – б) сознание; 4. а) отражение – б) восприятие; 5. а) субъективная реальность – б) объективная реальность; 6. а) психика – б) внешний мир; 7. а) психические явления – б) психические состояния.

Задание 2. Из данных понятий постройте логический ряд так, чтобы каждое предыдущее понятие было родовым по отношению к последующим: *психика, знание, отражение, сознание, психологическая наука, педагогическая психология.*

Задание 3. Установите соответствие.

1. Вытеснение	а) перевод агрессии с одного объекта на другой, более приемлемый
2. Замещение	б) процесс игнорирования травмирующих событий
3. Сублимация	в) выработка самооправдательных легенд, маскирующих истинные мотивы собственных поступков, постигших неудач
4. Рационализация	г) процесс, посредством которого побудительная энергия направляется на желательные для человека формы деятельности
5. Проекция	д) приписывание другому человеку намерений, неприемлемых для себя
6. Регрессия	е) уход от переживаний через поведение, характерное для более ранних периодов жизни, казавшейся тогда менее тревожной и безопасной

Самостоятельная работа

Темы рефератов

1. Неосознаваемые процессы: характеристика и особенности.
2. Сознание и самосознание.
3. Сознание как философская и психологическая категория.
4. Проявления бессознательного в жизни человека.
5. Ловушки сознания.

Рекомендуемая литература

1. Асмолов, А.Г. Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека: учеб. для студ. высш. учеб. заведений, обуч. по спец. «Психология», «Клиническая психология» и напр. подготовки «Психология» / А.Г. Асмолов. – 4-е изд., испр. и доп. – М.: Академия, 2010. – 447 с.

2. Леонтьев, А.Н. Лекции по общей психологии: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений, обуч. по спец. «Психология» / А.Н. Леонтьев. – 5-е изд. М.: Академия, 2010. – 511 с.

3. Марцинковская, Т.Д. Общая психология: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений, обуч. по пед. специальностям / Т.Д. Марцинковская – М.: Академия, 2010. – 381 с.
4. Нуркова, В.В. Психология [Текст]: учебник / В.В. Нуркова, Н.Б. Березанская. – М.: Юрайт-Изд, 2007. – 484 с.
5. Психология: учеб. для гуманитар. вузов / под ред. В.Н. Дружинина. – 2-е изд. – СПб.: Питер, 2009. – 656 с.

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

1.1 Психологическая теория деятельности. Структура деятельности

Психологическая теория деятельности разработана советскими психологами: Л.С. Выготским, С.Л. Рубинштейном, А.Н. Леонтьевым, А.Р. Лурией, А.В. Запорожцем, П.Я. Гальпериним и многими другими. Авторы теории деятельности взяли за основу философию диалектического материализма, и прежде всего ее главный для психологии тезис о том, что не сознание определяет бытие, деятельность, а, наоборот, бытие, деятельность человека определяют его сознание. Этот общий философский тезис нашел в теории деятельности конкретно-психологическую разработку. Наиболее полно теория деятельности изложена в трудах А. Н. Леонтьева (1903–1979), в частности в его последней книге «Деятельность. Сознание. Личность».

Представления о строении деятельности составляют основу теории деятельности. Деятельность человека имеет сложное иерархическое строение. Она состоит из нескольких «слоев», или уровней. Назовем эти уровни, двигаясь сверху вниз. Это, во-первых, уровень особых деятельностей (или особых видов деятельности); затем – уровень действий; следующий – уровень операций; наконец, самый низкий – уровень психофизиологических функций.

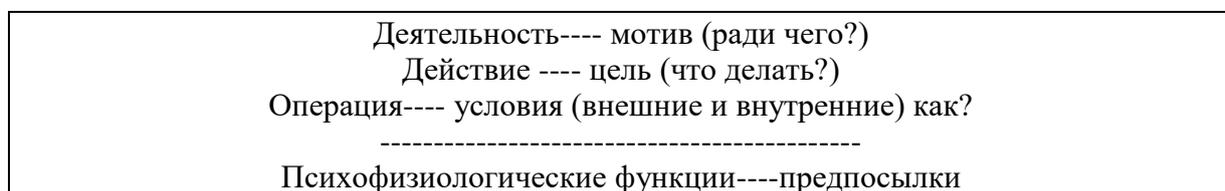


Рис. 3. – Психологическая структура деятельности

Начнем рассматривать строение деятельности с уровня действий и будем двигаться вниз к психофизиологическим функциям.

Действие – основная единица анализа деятельности. По определению действие – это процесс, направленный на реализацию цели. Что же такое цель? Это образ желаемого результата, т.е. того результата, который должен быть достигнут в ходе выполнения действия. Здесь имеется в виду сознательный (осознанный) образ результата: последний удерживается в сознании все то время, пока осуществляется действие. Зададим себе вопрос: а можно ли что-то делать, не представляя себе конечного результата? Конечно, можно. Например, «бесцельно блуждая по улицам», человек может оказаться в незнакомой части города. Он не знает, как и куда попал, а это и означает, что в его представлении не было конечного пункта движения, т.е. цели. Однако бесцельная активность человека скорее исключение, чем типичное проявление жизнедеятельности.

Характеризуя понятие «действие», можно выделить следующие четыре момента. Первый: действие включает в качестве необходимого компонента акт сознания в виде постановки и удержания цели.

Второй: действие – это одновременно и акт поведения. Ведь движение без цели – это скорее неосознанное поведение.

Третий, очень важный: через понятие действия утверждается принцип активности, противопоставляя его принципу реактивности. Принцип активности и принцип реактивности различаются по тому, где помещена исходная точка деятельности: во внешней среде или внутри организма (субъект). Для бихевиористов реакция – значит «ответное действие». Активное, иницирующее, начало здесь принадлежит стимулу, внешним условиям. Невозможно объяснить исходя лишь из анализа внешних условий (стимулов). Для человека слишком типичны действия, которые подчиняются не логике внешних воздействий, а логике его внутренних целей.

Четвертый момент: понятие действия «выводит» деятельность человека в предметный и социальный мир. Дело в том, что «представляемый результат» (цель) действия может быть любым, а не только и даже не столько биологическим (например, получение пищи, избегание опасности), но и социальным (производство какого-то продукта, установление социального контакта, получение знаний и др).

Итак, вы познакомились с понятием действия – одной из основных «образующих» деятельности. В этом понятии, как в капле воды, отражены основные исходные положения или принципы теории деятельности,

Вернемся к связке **цель – действие** (Ц---Д). Цель задает действие, действие обеспечивает реализацию цели. Через характеристику цели можно характеризовать и действие. Можно отметить чрезвычайное разнообразие, а главное, разную масштабность целей человека. Есть крупные цели, которые члениятся на более мелкие, частные цели и т.д. Соответственно всякое достаточно крупное действие представляет собой последовательность действий более низкого порядка с переходами на разные «этажи» иерархической системы действий. Конкретный набор и последовательность частных действий диктуются логикой социальной и предметной среды. Опыт относительно состава и последовательности действий обычно передается в ходе обучения в форме правил, советов, инструкций, программ. Цель, данная в определенных условиях, в теории деятельности, называется задачей. Описывая процесс решения задачи, необходимо указывать и действия, и операции, реализующие их.

Перейдем к обсуждению того, как, каким способом совершается действие. Соответственно мы обращаемся к операциям, которые образуют по отношению к действиям следующий, ниже лежащий уровень. Согласно определению, **операцией** называется способ выполнения действия. Перемножить два двузначных числа вы можете в уме и письменно, решая пример в столбик или используя калькулятор. Это будут разные способы выполнения одного и того же арифметического действия, или две разные операции. Операции характеризуют техническую сторону выполнения действий, и то, что называется «техникой», ловкостью, сноровкой, относится к уровню операций.

От чего же зависит характер используемых операций? Обобщенный ответ таков: от условий, в которых совершается действие. Если действие отвечает собственно цели, то операция отвечает условиям, в которых эта цель дана. При этом под «условиями» подразумеваются как внешние обстоятельства, так и возможности, или внутренние средства, самого действующего субъекта.

Перейдем к психологической характеристике операций. Главное их свойство состоит в том, что они мало осознаются или совсем не осознаются. Этим операции принципиально отличаются от действий, которые предполагают и сознаваемую цель, и сознательный контроль за протеканием действия. По существу, уровень операций заполнен автоматическими действиями и навыками.

Характеристики последних есть одновременно и характеристики операций. Операции бывают двух родов: одни возникают путем адаптации, прилаживания, непосредственного подражания; другие возникают из действий путем их автоматизации. Это первый тезис.

Второй тезис: операции первого рода практически не осознаются и не могут быть вызваны в сознание даже при специальных усилиях. Операции второго рода находятся на границе сознания. Они как бы подстораживаются сознанием и легко могут стать актуально сознаваемыми.

Третий тезис: всякое сложное действие состоит из слоя действий и слоя «подстилающих» их операций. Например, при изучении иностранного языка в самом начале обучения произнесение отдельного слова и даже отдельного звука – мелкое, но самостоятельное действие; на стадии же свободного владения языком практически все фонетические, лексические и грамматические проблемы решаются на уровне операций.

Перейдем к последнему, самому низкому уровню в структуре деятельности – психофизиологическим функциям. Говоря о том, что субъект осуществляет деятельность, нельзя забывать, что этот субъект представляет собой одновременно и организм с высокоорганизованной нервной системой, развитыми органами чувств, сложным опорно-двигательным аппаратом и т. п. Под психофизиологическими функциями в теории деятельности понимаются физиологические обеспечения психических процессов. К ним относятся ряд способностей нашего организма, такие как способности к ощущению, к образованию и фиксации следов прошлых воздействий, моторная способность и др. Соответственно говорят о сенсорной, мнемической, моторной функциях. К этому уровню относятся также врожденные механизмы, закрепленные в морфологии нервной системы, и те, которые созревают в течение первых месяцев жизни. Психофизиологические функции составляют одновременно и необходимые предпосылки, и средства деятельности. Они составляют органический фундамент процессов деятельности.

Таким образом, дана характеристика трех основных уровней в структуре деятельности – действий, операций и психофизиологических функций. С этими уровнями связано обсуждение преимущественно операционально-технических аспектов деятельности.

1.2 Мотивационно-личностные аспекты деятельности

Что побуждает человека ставить цели и добиваться их осуществления? Для ответа на эти вопросы нужно обратиться к таким понятиям, как потребности и мотивы.

Потребность – это исходная форма активности живых организмов. В живом организме периодически возникают определенные состояния напряженности; они связаны с объективной нехваткой веществ, которые необходимы для продолжения нормальной жизнедеятельности организма. Вот эти состояния объективной нужды организма в чем-то, что лежит вне его и составляет необходимое условие его нормального функционирования, и называются потребностями. Таковы потребности в пище, воде, кислороде и т.п.

Когда речь заходит о потребностях, с которыми рождается человек (и не только человек, но и высшие животные), то к этому списку элементарных биологических потребностей нужно добавить по крайней мере еще две. Это, во-первых, потребность в контактах с себе подобными, и в первую очередь со взрослыми индивидами. У ребенка она обнаруживается очень рано. Голос матери, ее лицо, ее прикосновения – первые раздражители, на которые появляется положительная реакция ребенка. Это так называемый «комплекс оживления», который можно наблюдать в возрасте 1,5– 2 месяцев. Потребность в социальных контактах, или в общении, остается одной из ведущих у человека. Только с течением жизни она меняет свои формы.

Вторая потребность, с которой рождается человек, и которая не относится к органическим, это потребность во внешних впечатлениях, или, в широком смысле, познавательная потребность. Исследования показали, что уже в первые часы жизни дети реагируют на зрительные, звуковые, слуховые воздействия и не только реагируют, но как бы исследуют их. В частности, более оживленные реакции у них появляются на новые раздражители.

Впечатляющие опыты показывают существование познавательной потребности у младенцев двух-трехмесячного возраста. Ребенку давали соску-пустышку и соединяли ее через резиновую трубку с телевизором. Механизм действия установки был такой: если ребенок сосал соску, то экран телевизора начинал светиться, и на нем появлялось изображение (либо неподвижная картинка, либо лицо говорящей женщины). Если ребёнок переставал сосать, то экран постепенно гас. В ходе опыта ребенок рано или поздно обнаруживал связь своих сосательных движений с изображением на экране, и тогда происходило следующее: он начинал интенсивно сосать соску, не прерывая эти движения. Этот результат убедительно показывает, что уже в двухмесячном возрасте ребенок ищет и активно добывает информацию из внешнего мира. Такая активность и есть проявление познавательной потребности. Познавательная потребность, конечно, тоже развивается вместе с ростом ребенка. Очень скоро в дополнение к перцептивным исследованиям и практическим манипуляциям (с помощью которых ребенок тоже познает свойства предметов) появляются интеллектуальные формы познания. Они выражаются в классических детских вопросах: «Это что?», «А почему?», «Зачем?», которыми дошкольник буквально засыпает взрослых. Затем появляется интерес к чтению, учебе, исследованию. По словам И.П. Павлова, наука есть не что иное, как неимоверно разросшийся и усложнившийся ориентировочный рефлекс.

Обсуждаемые потребности составляют необходимые условия формирования человека на всех ступенях его развития. Они необходимы ему так же, как и органические потребности. Но если эти последние только обеспечивают его существование как биологического существа, то контакт с людьми и познание мира оказываются необходимыми для становления его как человеческого существа.

Теперь обратимся к связи потребностей с деятельностью. Здесь сразу же необходимо выделить два этапа в жизни каждой потребности. Первый этап – период до первой встречи с предметом, который удовлетворяет потребность; второй этап – после этой встречи.

На первом этапе потребность, как правило, не представлена субъекту, не «расшифрована» для него. Он может испытывать состояние какого-то напряжения, неудовлетворенности, но не знает, чем это состояние вызвано. Со стороны же поведения потребностное состояние в этот период выражается в беспокойстве, поиске, переборе различных предметов.

В ходе поисковой деятельности обычно происходит встреча потребности с ее предметом, которой и завершается первый этап в «жизни» потребности. Процесс «узнавания» потребностью своего предмета получил название опредмечивания потребности.

В элементарных своих формах он известен как «механизм импринтинга» (т.е. запечатления). Пример импринтинга – пробуждение реакции следования у новорожденного гусенка при виде любого движущегося мимо него предмета, в том числе неживого: он начинает идти за ним, как за матерью (опыты К. Лоренца). В процессе опредмечивания обнаруживаются две важные черты потребности. Первая заключается в первоначально очень широком спектре предметов, способных удовлетворить данную потребность. Вторая черта – в быстрой фиксации потребности на первом удовлетворившем ее предмете. Мотив и определяется как предмет потребности.

Важно осознать, что самым актом опредмечивания потребность меняется, преобразуется. Она становится уже другой, определенной, потребностью именно в данном предмете. Вслед за опредмечиванием потребности и появлением мотива резко меняется тип поведения. Если до этого момента поведение было ненаправленным, поисковым, то теперь оно приобретает «вектор», или направленность. Оно направлено на предмет или от него, если мотив отрицательно валентен.

Мотив – это то, ради чего совершается действие. «Ради» чего-то человек, как правило, производит много разных действий. И вот эта совокупность действий, которые

вызываются одним мотивом, и называется деятельностью, а конкретнее, особым видом деятельности. Особые виды деятельности хорошо известны. В качестве примеров обычно приводят игровую, учебную, трудовую деятельность. За этими формами активности даже в обыденной речи закрепилось слово «деятельность».

Уровень деятельности четко отделяется от уровня действий. Один и тот же мотив может удовлетворяться набором разных действий. С другой стороны, одно и то же действие может побуждаться разными мотивами. Если же мы возьмем конкретного человека, то обычно его действия побуждаются сразу несколькими мотивами. Полимотивированность человеческих действий – типичное явление. Например, кто-то может хорошо работать ради высокого качества результата, но попутно удовлетворять и другие свои мотивы – социального признания, материального вознаграждения и др.

По своей роли, или функции, не все мотивы, «сходящиеся» на одну деятельность, равнозначны. Как правило, один из них главный, другие – второстепенные. Главный мотив называется ведущим, второстепенные – мотивами-стимулами: они не столько «запускают», сколько дополнительно стимулируют данную деятельность.

Все мотивы можно разбить на два больших класса: к первому относятся *осознаваемые мотивы*, ко второму – *неосознаваемые*. Примерами мотивов первого класса могут служить большие жизненные цели, которые направляют деятельность человека в течение длительных периодов его жизни. Это мотивы-цели. Существование таких мотивов характерно для зрелых личностей.

К другому классу относятся *неосознаваемые мотивы*. Этот класс значительно обширнее. Работа по осознанию собственных мотивов очень важна, но и одновременно очень трудна. По сути, это специальная деятельность, которая имеет свой мотив – мотив самопознания и нравственного самоусовершенствования.

Если мотивы не осознаются, то они проявляются в сознании, но в особой форме. Таких форм, по крайней мере, две. Это эмоции и личностные смыслы. Эмоции возникают лишь по поводу таких событий или результатов действий, которые связаны с мотивами. Если человека что-то волнует, значит это «что-то» затрагивает его мотивы. В теории деятельности эмоции определяются как отражение отношения результата деятельности к ее мотиву. Если с точки зрения мотива деятельность проходит успешно, возникают, обобщенно говоря, положительные эмоции, если неуспешно – отрицательные эмоции.

Личностный смысл – другая форма проявления мотивов в сознании. Это переживание повышенной субъективной значимости предмета, действия или события, оказавшегося в поле действия ведущего мотива. Здесь важно подчеркнуть, что в смыслообразующей функции выступает лишь ведущий мотив. Второстепенные мотивы, мотивы-стимулы, которые играют роль дополнительных побудителей, порождают только эмоции, но не смыслы. Крайне сильный ведущий мотив способен «осветить» всю жизнь человека. Напротив, утрата такого мотива часто приводит к тяжелому переживанию потери смысла жизни.

Известно, что мотивы человека образуют иерархическую систему. Если сравнить мотивационную сферу человека со зданием, то «здание» это у разных людей будет иметь очень разную форму. В одних случаях оно будет подобно пирамиде с одной вершиной – одним ведущим мотивом, в других случаях вершин (т. е. смыслообразующих мотивов) может быть несколько. Все здание может покоиться на небольшом основании (узкоэгоистическом мотиве), или опираться на широкий фундамент общественно значимых мотивов, которые включают в круг жизнедеятельности человека судьбы многих людей и событий. Здание это может быть высоким и низким, в зависимости от силы ведущего мотива и т.д. Мотивационной сферой человека определяется масштаб и характер его личности. Обычно иерархические отношения мотивов не осознаются в полной мере. Они проясняются в ситуациях конфликта мотивов. Не так уж редко жизнь сталкивает разные

мотивы, требуя от человека сделать выбор в пользу одного из них: материальная выгода или интересы дела, самосохранение или честь.

При анализе деятельности путь движения такой: от потребности к мотиву, затем к цели и действию (П – М – Ц – Д). В реальной же деятельности постоянно происходит обратный процесс: в ходе деятельности формируются новые мотивы и потребности (Д – М – П).

Как в ходе деятельности образуются новые мотивы? В теории деятельности наметен один механизм образования мотивов, который получил название механизма сдвига мотива на цель (другой вариант его названия – механизм превращения цели в мотив). Суть этого механизма состоит в том, что цель, ранее побуждаемая к ее осуществлению каким-то мотивом, со временем приобретает самостоятельную побудительную силу, т.е. сама становится мотивом. Важно подчеркнуть, что превращение цели в мотив может произойти, только если накапливаются положительные эмоции.

Вопросы для самопроверки и обсуждения

1. Что такое деятельность?
2. Что отличает и объединяет такие основные виды деятельности, как игра, учение и труд?
3. Назовите функции деятельности.
4. Назовите структурные компоненты деятельности.
5. Дайте характеристику свойствам деятельности.
6. Из каких внутренних компонентов состоит деятельность? Каковы их функции?
7. Чем отличаются процессы интериоризации и экстериоризации?

Практическое задание

1. Работа с ключевыми понятиями: деятельность, активность, поведение, структура деятельности, операция, действие, цель, мотив, навык, умение, привычка, практическая деятельность, внутренняя деятельность, интериоризация, экстериоризация, виды деятельности, общение, игра, учение, труд.

Задание 1. Объясните, почему по истечении определенного количества времени у школьника изменились качество и скорость письма?

Как известно, при формировании навыка письма школьник вначале пишет каждую букву медленно, сосредоточенно и по отдельным элементам. Через некоторое время ту же букву он пишет быстро и целиком, не отрывая пера от бумаги. При этом он может даже думать о чем-то постороннем.

Задание 2. Из приведенных ниже понятий выстройте логическую цепочку так, чтобы в ней была прослежена традиционная структура деятельности.

Операции, потребности, действия, мотив, мотивация, результат, цель.

Задание 3. С какими условиями деятельности связаны изменения в личности ребенка?

В педагогике в качестве основной закономерности воспитания развивающейся личности считается включение ее в деятельность. Включение ребенка, например, в правильно организованный и посильный труд способствует формированию у него целого комплекса полезных личностных качеств.

Задание 4. Назовите виды деятельности, указанные в определениях?

а) вид деятельности, направленный на создание общественно полезного продукта или удовлетворение материальных и духовных потребностей человека (.....);

б) процесс систематического овладения знаниями, умениями, навыками (.....);

в) исторически возникший вид деятельности, заключающийся в воспроизведении детьми действий взрослых и отношений между ними в особой условной форме (.....).

Упражнение. «Применение умений». Каждый из участников вспоминает и называет какое-нибудь практическое умение, которым он владеет (например, вышивать крестиком, выращивать огурцы на даче, играть в боулинг, делать интернет-сайты и т. д.), после чего остальные участники предлагают возможные варианты применения этих умений. Упражнение выполняется в общем кругу.

Психологический смысл упражнения. Упражнение обучает генерировать идеи о ракурсах практического применения имеющихся у участников ресурсов, способствует повышению самооценки, а также повышает мотивацию к выработке новых умений и совершенствованию имеющихся.

Обсуждение. Участники обмениваются своими впечатлениями о работе и соображениями о том, какие ракурсы применения умений заинтересовали и вызвали желание претворить их в жизнь, а также о том, какими новыми умениями им захотелось овладеть в ходе выполнения упражнения.

Самостоятельная работа

Темы рефератов

1. Современные психологические теории деятельности.
2. Специфика человеческой деятельности.
3. Пути формирования привычек.
4. Общение как особый вид деятельности человека.
5. Труд и его роль в развитии личности.
6. Сущность и характеристика развивающего обучения.
7. Значение игры в жизни ребенка и взрослого.

Рекомендуемая литература

1. Братусь, Б.С. Общая психология: в 7 т. / Б.С. Братусь. – М.: Академия, 2013. – 480 с.
2. Вайнштейн, Л.А. Общая психология: учебник / Л.А. Вайнштейн, В.А. Поликарпов, И. А. Фурманов. – Минск: Современная школа, 2009. – 512 с.
3. Волков, А.М. Деятельность: структура и регуляция. Психологический анализ / А.М. Волков. – М.: Изд-во МГУ, 1987. – 215 с.
4. Гиппенрейтер, Ю.Б. Введение в общую психологию. Курс лекций / Ю.Б. Гиппенрейтер. – М.: Че-ро, 1996. – С. 99–169.
5. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – М.: Наука, 1975. – С. 74–78.
6. Нуркова, В.В. Психология: учебник / В.В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – М.: Юрайт-Изд, 2007. – 484 с.
7. Психология: учеб. для гуманит. вузов / под ред. В.Н. Дружинина. – 2-е изд. – СПб.: Питер, 2009. – 656 с.

РАЗДЕЛ II. ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ ПРОЦЕССЫ

ОЩУЩЕНИЯ

1.1 Психофизика ощущений

Психика начинается с ощущений. *Ощущение* – это процесс первичной обработки информации на уровне отдельных свойств предметов и явлений. Этот уровень обработки информации называется сенсорным. На нем отсутствует целостное представление о том явлении, которое вызвало ощущения. Ощущение – только первичный материал психического образа, который формируется на уровне восприятия.

Восприятие, или перцепция, – это процесс обработки сенсорной информации, результатом которой является отражение окружающего нас мира как совокупности предметов и событий.

Прошло много столетий, прежде чем проблема соотношения физического и психического стала объектом экспериментальных исследований. Их основоположником стал Г.Т. Фехнер. В 1860 г. Фехнер опубликовал труд под названием «Элементы психофизики». Основными задачами психофизики он считал изучение соотношения физического и психического мира и количественное описание этого соотношения. Первый вопрос, который интересовал Фехнера, – это проблема *порогов чувствительности*. Возможности наших органов чувств ограничены: мы можем разговаривать на расстоянии 5, 10, 20 метров, но если наш собеседник удалится от нас на расстояние 5 километров, разговор без применения специальных средств усиления звука станет невозможным. Выделяют два типа порогов чувствительности: абсолютный и дифференциальный, или разностный.

Абсолютный порог чувствительности – это такая величина стимула (физического раздражителя), при которой начинает возникать ощущение. Есть такая величина физического различия между стимулами, при которой мы начинаем их различать. Эта величина носит название *дифференциального порога*, или порога дифференциальной чувствительности. Если мы уменьшим физическую разницу между стимулами, то различие между ними перестанет ощущаться.

Мюллер высказал идею о непрерывности сенсорного ряда, суть которой состоит в том, что не существует порога как такового: любой стимул в принципе может вызвать ощущение. Почему же мы не обнаруживаем некоторые слабые сигналы? Потому что, утверждал Мюллер, на возможность обнаружения стимула влияет не только его физическая интенсивность, но и расположенность сенсорной системы к ощущению. Эта расположенность зависит от множества случайных, плохо контролируемых факторов: усталости наблюдателя, степени его внимательности, мотивации, опыта и т. п. Одни факторы благоприятно действуют на способность наблюдателя к обнаружению сигнала (например, большой опыт), а другие неблагоприятно (например, усталость). Соответственно, неблагоприятные факторы уменьшают способность к обнаружению, а благоприятные – увеличивают.

Со времени научной дискуссии между Фехнером и Мюллером прошло уже более ста лет, но проблема дискретности-непрерывности сенсорного ряда до сих пор не получила окончательного решения. Исходные психофизические идеи вдохновили многих исследователей и позволили им создать массу психофизических концепций, интересных в теоретическом плане и полезных в практическом.

Современные концепции порогов чувствительности отличаются двумя характерными особенностями. Первая из них состоит в том, что различение и обнаружение трактуется как процесс, неотъемлемой частью которого является неопределенность

и случайность. А вторая – в том, что все глубже и глубже исследуются механизмы не-сенсорного порядка, в широком смысле – механизмы принятия решения, которые «приходят на помощь» сенсорной системе и позволяют тем или иным способом решать сенсорные задачи.

Другой классической проблемой психофизики, также связанной с именем Фехнера, является проблема зависимости величины ощущения от величины физического стимула, или *основного психофизического закона*. Но для того чтобы вычислить зависимость одной величины от другой, нужно уметь измерять эти величины. Измерить параметры физического стимула несложно. А как быть с ощущениями? Фехнер предложил использовать в качестве единицы измерения ощущений величину *едва заметного различия*. Эта величина представляет собой минимальное различие между физическими значениями стимулов, которое вызывает ощущение различия. Величина едва заметного различия представляет собой величину дифференциального порога.

До достижения стимулом определенной физической величины ощущения нет. После достижения абсолютного порога ощущение появляется. Абсолютный порог – нулевая точка на оси ощущений. Но слишком малое различие между стимулами мы не замечаем. Шкала ощущений грубее шкалы физических величин. Нужно увеличить физическую величину на несколько единиц, чтобы получить приращение ощущения в одну единицу.

Позднее были предложены многочисленные формулы основного психофизического закона. В последнее время ученые склоняются к мнению, что форма соотношения физического и сенсорных рядов зависит от условий наблюдения, задачи, стоящей перед субъектом, и т.п.

1.2 Виды ощущений

Функция **кинестетической и вестибулярной чувствительности** состоит в формировании индивида о его собственных движениях и положении в пространстве. Кинестетические ощущения – это совокупность сенсорной информации, поступающей из мышц, сухожилий и связок. Вестибулярные ощущения основаны на информации, приходящей из полукружных канальцев внутреннего уха. Одна из основных функций системы вестибулярных ощущений – обеспечить устойчивую основу для зрительного наблюдения. Когда мы двигаемся (ходим, бегаем, прыгаем), наша голова тоже приходит в движение. Если бы не было каких-либо компенсаторных, корректирующих механизмов, мы видели бы мир так, как это бывает на видеозаписи, когда оператор снимает на ходу или на бегу: изображение прыгало бы, дрожало, металось из стороны в сторону. За счет же существования рефлекторного механизма, который компенсирует каждое движение головы противоположным по направлению движением глаз, перед нами предстает довольно стабильная картина мира.

Кожная чувствительность обеспечивает индивида информацией о том, что соприкасается с его телом: это может быть предмет или некоторая среда (например, водная или воздушная). Наибольшей чувствительностью обладают ладони, кончики пальцев, губы и язык. Современные исследователи различают четыре разновидности кожной чувствительности: ощущения давления, тепла, холода и боли.

Для различных типов кожных ощущений существуют свои специализированные рецепторы (чувствительные клетки). Несколько противоречивая картина складывается при рассмотрении болевой чувствительности. Ряд исследователей полагает, что существуют специализированные болевые рецепторы. По мнению других, боль возникает в ответ на чрезмерную стимуляцию любого кожного рецептора. Болевая чувствительность имеет крайне важное биологическое значение: болевые ощущения сигнализируют о возможной физической опасности. Человеку, не имеющему болевой чувствительности, а случаи такой патологии наблюдались, постоянно угрожает опасность.

Основной функцией **вкусовой чувствительности** является обеспечение индивида информацией о том, можно ли употребить внутрь данное вещество. Основные вкусовые качества – это кислотность, соленость, сладость и горечь. По-видимому, все другие вкусовые ощущения вызываются сочетанием этих четырех качеств. Химическая основа вкусовых ощущений пока недостаточно изучена, поэтому не существует общего ответа на вопрос, какие вещества по своему химическому строению вызывают основные вкусовые ощущения.

Обоняние обеспечивает индивида информацией о наличии в воздухе различных химических веществ. Обоняние играет гораздо меньшую роль в нашей жизни, чем в жизни многих животных. Исследования показывают, что чувствительность к запахам у собак больше, чем у нас, примерно в тысячу раз.

С помощью **слуха** индивид получает передаваемую посредством волновых колебаний среды информацию о поведении удаленных от него объектов. Основными характеристиками звуковых волн являются амплитуда и частота. Это физические характеристики звука. Они трансформируются при воздействии на нас в психические (сенсорные). Чем больше амплитуда звуковой волны, тем громче нам кажется звук, чем больше его частота, тем выше (тоньше) он нам кажется. Громкость и высота, таким образом, – основные сенсорные характеристики звука. Здоровый молодой человек слышит звуки в диапазоне примерно от 20 до 20 000 Гц. Один герц соответствует высоте звука, издаваемого предметом, совершающим одно колебание в секунду. Ощущения громкости и высоты взаимосвязаны. Скажем, у человека наибольшая чувствительность к звуку отмечается при частоте звука в 1000 Гц.

Зрение является основным источником информации для человека. Сетчатка глаза имеет два типа рецепторов: палочки и колбочки. Палочки приспособлены к тому, чтобы работать при слабом освещении и давать черно-белую картину мира, а колбочки, наоборот, имеют наибольшую чувствительность в условиях хорошего освещения и обеспечивают цветное зрение. Наиболее интересной проблемой зрительных ощущений являются механизмы цветового зрения. На этот счет существует множество довольно сложных теорий.

Вопросы для самопроверки и обсуждения

1. Что такое «ощущение»? Каковы основные характеристики данного психического процесса?
2. Что является физиологическим механизмом ощущений?
3. Что такое «анализатор»? Из каких отделов состоит анализатор?
4. Что в окружающем мире отражают ощущения?
5. В чем заключается рефлекторный характер ощущений?
6. Какие вы знаете классификации ощущений?
7. Что такое «модальность ощущений»?
8. Охарактеризуйте основные виды ощущений.
9. Расскажите об основных свойствах ощущений.
10. Что вы знаете об абсолютном и относительном порогах ощущений?
11. Дайте характеристику понятия чувствительность.
12. Расскажите об основном психофизическом законе.
13. Расскажите о сенсорной адаптации.
14. Что такое сенсibilизация?
15. Что такое синестезия?
16. Что вы знаете о кожных, вкусовых и обонятельных ощущениях?
17. Расскажите о физиологических механизмах зрительных ощущений. Какие вы знаете теории цветового зрения?

18. Расскажите о слуховых ощущениях. Что вы знаете о резонансной теории слуха?
19. Что такое проприоцептивные ощущения?
20. Что вы знаете об интероцептивных ощущениях?

Практические задания

1. Работа с ключевыми понятиями: ощущение, анализатор, интероцептивные ощущения, проприоцептивные, экстероцептивные, контактные, дистантные ощущения, протопатические ощущения, эпикритические ощущения, чувствительность, адаптация, сенсбилизация, синестезия, нижний порог чувствительности, верхний порог чувствительности, разностный порог ощущений, абсолютная чувствительность.

Задание 1. Приведите примеры жизненных ситуаций, предъявляющих повышенные требования к тем или иным органам чувств. Какие виды профессиональной деятельности предъявляют повешенные требования к зрительным, слуховым, осязательным, обонятельным, вкусовым и двигательным ощущениям?

Задание 2. Подготовьтесь к игре «Чудесный мешочек». Перечислите характеристики тактильных ощущений, использованных участниками эксперимента. Проанализируйте, какие факторы выступают ведущими, для успешного опознания предмета при помощи отдельных видов ощущений.

Задание 3. Приведите примеры, в которых проявляются основные свойства ощущений.

Задание 4. Заполните таблицу «Классификация ощущений».

Принцип классификации	Виды ощущений	Общая характеристика

Задание 5. Какая особенность ощущений зафиксирована в перечисленных устойчивых выражениях речи: «острый слух», «щекотание нервов», «сладкие звуки», «ласковый ветер», «теплые тона», «блестящая работа», «крепкие нервы», «толстокожий», «теплые чувства», «горячая любовь».

Задание 6. Из перечисленных понятий постройте логический ряд так, чтобы каждое предыдущее понятие было родовым (более общим) по отношению к последующим. Ощущение, психика, осязание, познание, отражение, чувственный образ.

Самостоятельная работа

Темы рефератов

1. Серии опытов Кац на ощущения гладкости и шероховатости.
2. Опыты Фрея.
3. Особенности слуховых ощущений, их виды и характеристики.
4. Адаптация при кожных ощущениях.
5. Исследования Аббот и Герц по определению пределов адаптации.
6. Семь классов запахов по Линнею
7. Классификация запахов Цваарделакера.
8. Опыты Геннинга относительно сходства и классификации запахов.
9. Раздражители, вызывающие обонятельные ощущения.
10. Зрительный последовательный образ.

Рекомендуемая литература

1. Психология: учеб. для гуманит. вузов / под ред. В. Н. Дружинина. – 2-е изд. – СПб.: Питер, 2009. – 656 с.
2. Нуркова, В. В. Психология: учебник / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – М.: Юрайт-Изд, 2007. – 484 с.
3. Величковский, Б.М. Современная когнитивная психология / Б.М. Величковский. – М.: Изд-во МГУ, 1982. – 336 с.
4. Гибсон, Дж. Экологический подход к зрительному восприятию / Дж. Гибсон. – М.: Прогресс, 1988. – 461 с.
5. Грегори, Р. Л. Глаз и мозг: Психология зрительного восприятия / Р.Л. Грегори. – М.: Прогресс, 1970– 271 с.
6. Забродин, Ю.М, Лебедев А.Н. Психофизиология и психофизика / Ю.М. Забродин, А.Н. Лебедев / АН СССР. – М.: Наука, 1977. – 288 с.
7. Найссер, У. Познание и реальность / У. Найссер. – М.: Прогресс, 1981. – 230 с.
8. Солсо, Р. Л. Когнитивная психология / Р.Л. Солсо. – М.: Тривола, 1996. – 598 с.

ВОСПРИЯТИЕ

1.1 Восприятие пространства и движения

Восприятие глубины и удаленности предметов. Для понимания того, что происходит во внешнем мире, мало идентифицировать объекты, т.е. определить, что мы видим, слышим или осязаем, важно также знать, *где* это находится. Здесь мы сталкиваемся с одной из фундаментальных проблем восприятия, а именно с проблемой локализации – *определения местоположения объектов*. Эта и другие проблемы восприятия будут рассмотрены нами на примере зрения. На это есть две причины: во-первых, зрительный анализатор является ведущим в жизни человека (по оценкам некоторых специалистов, до 90% процессов обрабатываемой человеком информации приходится на зрительную сенсорно-перцептивную систему), во-вторых, зрительное восприятие изучено лучше других видов восприятия.

Один из основных вопросов восприятия глубины и удаленности предметов состоит в том, почему и за счет чего мы видим мир трехмерным, если на сетчатке глаза мы имеем только двухмерное (плоское) его изображение? Стремление ответить на поставленный вопрос привело к поиску признаков глубины и удаленности. Признаки, связанные с соотношением изображений, или проекций, объекта на сетчатки разных глаз, называют бинокулярными признаками глубины и удаленности. Они существуют за счет того, что люди, как правило, видят и смотрят двумя глазами. За счет того, что наши глаза находятся на некотором расстоянии друг от друга, каждый глаз смотрит на объект с несколько разных позиций. Следовательно, каждый глаз видит один и тот же предмет под разным углом. Это различие в направлениях, или угол между осями зрения двух глаз, называется *бинокулярным параллаксом*. Сенсорная система «отслеживает» этот угол, его величина служит ей в качестве своеобразной подсказки, признака удаленности предмета: большой угол – предмет близко, маленький угол – предмет далеко. При этом картинки на сетчатках разных глаз получаются неодинаковые. Мы можем воспринимать удаленность и глубину даже одним глазом. Известно, например, что люди, слепые на один глаз с рождения, воспринимают мир трехмерно. Следовательно, существуют некоторые признаки удаленности и глубины, связанные с изображением, получаемым одним глазом. В числе таких признаков обычно называют линейную перспективу, суперпозицию, относительный размер предметов и градиент текстуры.

Линейная перспектива как признак удаленности отражает тот факт, что прямые линии (например, рельсы) как бы сходятся, удаляясь от нас. Мы часто наблюдаем некоторый объект вписанный в координаты параллельных линий. И если, скажем, один объект находится там, где параллельные линии «сошлись» в большей степени, чем в том месте, где находится другой объект, то нам ясно, что первый из них находится на большем расстоянии от нас. При прочих равных условиях, чем меньше проекция объекта на сетчатку, тем он воспринимается дальше. Это объясняется геометрией зрительной системы. Два одинаковых по размеру предмета – А и Б – дают различные по размеру отображения на сетчатке, если находятся на различных расстояниях от наблюдателя.

Когда мы наблюдаем некоторую поверхность, например покрытый галькой берег моря, мы можем судить о глубине пространства по степени близости и размерам однородных объектов, находящихся на поверхности: чем дальше от нас некоторая точка пространства, тем плотнее «упакованы» ее элементы. Это пример признака удаленности и глубины, который получил название «градиент текстуры».

Информацию об удаленности окружающих предметов нам также предоставляет наше собственное движение и движение окружающих нас объектов. Движение приводит к тому, что проекция объектов на сетчатку меняется, причем близко расположенные объекты кажутся нам двигающимися относительно быстрее удаленных, что и служит дополнительным признаком при оценке удаленности. Вспомните вид из окна движущегося поезда: солнце неподвижно стоит на горизонте, еще можно успеть рассмотреть автомобили у шлагбаума, а деревья лесополосы пролетают мимо с огромной скоростью.

Восприятие движения. За счет чего мы воспринимаем какой-либо объект как движущийся? На первый взгляд, ответ на этот вопрос может быть очень простым: это происходит за счет того, что проекция объекта, находящегося в движении, перемещается по сетчатке. Но оказывается, что этот ответ не полон в том смысле, что перемещение проекции по сетчатке не является ни необходимым, ни достаточным признаком движения. Известно, что объект может восприниматься как движущийся, даже если его изображение не перемещается по сетчатке. Представьте себе, что на некотором расстоянии друг от друга находятся две лампочки. Первая зажигается на короткое время и гаснет, потом зажигается вторая и тоже гаснет и т.д. Если временной интервал между зажиганиями лампочек от 30 до 200 миллисекунд, нам кажется, что световая полоса перемещается от одной точки к другой. Это явление называется стробоскопическим эффектом. Он давно используется в мультипликации и световой рекламе.

Другим примером иллюзорного движения является эффект индуцированного движения. Каждый из нас видел луну, движущуюся на фоне облаков. Конечно, не луна движется, а облака, гонимые ветром. Луна практически не перемещается вдоль сетчатки, а воспринимается как движущаяся; облака же перемещаются относительно нас самих, а воспринимаются как неподвижные. Получается, что перемещение вдоль сетчатки не только не обязательный атрибут восприятия движения, но еще и недостаточный. Человеку вообще свойственно приписывать движение тому из двух объектов, который воспринимается фигурой на фоне другого. Фон – это то, что окружает, включает, является большим по отношению к другому объекту, воспринимаемому, соответственно, как фигура.

Какими же механизмами можно объяснить восприятие движения? Во-первых, психофизиологи открыли существование специальных мозговых клеток, ответственных за восприятие движения, причем каждый тип клеток лучше реагирует на определенные направление и скорость движения. Во-вторых, движение объекта воспринимается и оценивается лучше в случае относительного движения, т.е. когда он перемещается на структурированном (неоднородном) поле по сравнению со случаем движения на темном или однородном поле. Иначе говоря, когда в поле зрения находится только объект (абсолютное движение), более вероятны ошибки при восприятии движения. В-третьих,

в восприятии движения участвует обратная связь – сигналы, информирующие о движении наших глаз и головы: каждый, наверное, ловил себя на том, что следит глазами за движущимся объектом.

1.2 Восприятие формы

Восприятие формы объекта является важнейшим аспектом его идентификации. Исследователи восприятия задались вопросом, существуют ли некоторые простейшие элементы формы, на которые объекты любой конфигурации могут быть разложены. Хьюбел и Визел исследовали активность отдельных клеток коры головного мозга в ответ на предъявление различных стимулов. Они обнаружили определенную избирательность некоторых клеток по отношению к некоторым зрительным элементам. Такие клетки были названы детекторами признаков. Кроме того, Хьюбел и Визел обнаружили клетки, которые реагировали на более сложные сочетания форм: например, только на правосторонние углы.

Наряду с информацией, идущей как бы снизу, от отдельных признаков, существует и поток информации сверху, а именно, приступая к процессу опознания объекта, человек формирует набор гипотез, ожиданий и установок, которые в общем случае повышают эффективность процесса опознания, ограничивая зону поиска решения, но вместе тем могут приводить к разного рода недоразумениям и ошибкам, когда ожидания и установки существенно расходятся с истинным положением вещей.

Разбиение некоторой группы объектов на отдельные объекты или выделение в группе объектов отдельных ее составляющих называется *перцептивной сегрегацией*. Начальной стадией перцептивной сегрегации является выделение фигуры из фона. В привычных ситуациях мы не обращаем на это внимания, но первое, что нужно сделать при восприятии некоторой зрительной информации, это решить, что считать фигурой, а что – фоном. Существуют некоторые особенности зрительной стимуляции, которые сами по себе помогают перцептивной системе отличить фигуру от фона: фон обычно включает в себя фигуру, он содержит меньше деталей и отличительных особенностей по сравнению с фигурой. Обратимся к рисунку.

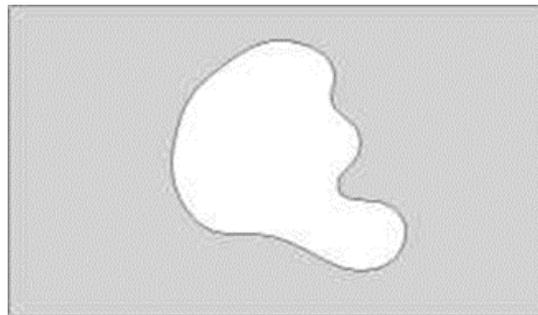


Рис.4 – Фигура и фон

В данном случае сама зрительная информация подсказывает, что нечто относительно более связанное и четко очерченное (светлое пятно) является фигурой. Однако объяснить процесс выделения фигуры из фона только особенностями стимуляции было бы неправильно. Это можно наглядно продемонстрировать на примере восприятия двойственных изображений, или изображений со взаимнообратимыми фигурой и фоном (рис.5).

Когда мы смотрим на это изображение, нам попеременно видятся то ваза, то два человеческих профиля; в каждый момент что-нибудь одно. За счет чего в нормальных условиях мы последовательно и достаточно устойчиво принимаем один объект за фигуру, а другой – за фон? Исследования показывают, что восприятие объекта как фигуры связано с относительно более детальным анализом информации по сравнению с восприятием объекта как фона, проще говоря, фигура – это то, на что мы в данный момент обращаем преимущественное внимание.

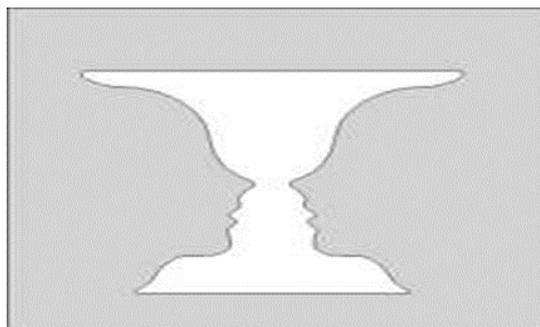


Рис. 5 – Взаимообратимые фигура и фон: профили или ваза

Образы восприятия характеризуются *целостностью*. Это означает, что в них представлена некоторая связная картина, образ предмета или события. Данную особенность восприятия особо подчеркивали представители школы гештальтпсихологии, основной тезис которой состоял в том, что психические образы, и, в частности, образы восприятия, – это нечто большее, чем простая сумма элементов. Образ восприятия представляет собой некоторую организацию стимулов. Возникает вопрос: за счет чего становится возможной объединение в образ отдельных элементов? Гештальтпсихологи сформулировали целый ряд принципов, которым подчиняется перцептивная организация (группировка). Один из таких принципов – *близость*: чем ближе два элемента друг к другу, тем более склонны группировать их вместе при восприятии.

Другим принципом группировки является *сходство*: сходные объекты объединяются в единый образ. Например, мы группируем звездочки со звездочками на основе их сходства между собой.

Элементы, образующие плавный, непрерывный контур, воспринимаются как единая фигура – группируются. Этот принцип получил название хорошего продолжения, или *непрерывности*. Если контур фигуры имеет разрывы, то мы склонны как бы заполнить их, дополнять фигуру до некоторого целостного образа. Этот принцип получил название *замкнутости*.

Для того чтобы понять, что за объект находится в поле внимания, индивид должен не просто отделить его от фона, объединить элементы в некоторый целостный образ, но и отнести этот образ к некоторой категории, типу объектов, ранее воспринимаемых им. Процесс отнесения образов восприятия к некоторой категории называется процессом *опознания*, или распознаванием образов.

Интересно, что человек обладает способностью довольно легко распознавать даже сильно измененные образы. Мы узнаем знакомую мелодию, если даже ее играют на другом инструменте или в другой тональности. Феномены подобного рода служили гештальтпсихологам одними из главных аргументов в пользу того, что образ восприятия не сводим к сумме его частей. Распознавание образов нельзя объяснить только особенностями стимульной ситуации. Значение имеет и «влияние сверху»: эффекты опыта, установок, личностных особенностей воспринимающего и т.п.

1.3 Константность восприятия

Окружающий нас мир подвижен и переменчив. Представьте себе, если бы мы видели все точно так, как это отражается на сетчатке наших глаз. Удалившийся метров на пятьдесят автомобиль выглядел бы игрушечным, белый лист бумаги стал бы серым, как только солнце зашло за облака, кроны деревьев воспринимались бы, как на прыгающей картинке испорченного телевизора. К счастью, этого не происходит. Несмотря на непрерывную изменчивость окружающих нас объектов, мы воспринимаем их как

относительно постоянные по форме, размеру, цвету и т.д. Эта особенность нашей воспринимающей системы называется *константностью восприятия*. Для чего она нужна? Прежде всего, если бы ее не было, то нам бы пришлось каждое мгновение пересматривать свое поведение по отношению к окружающим объектам. Константность восприятия помогает нам отвлекаться от несущественных, преходящих изменений и воспринимать объекты как нечто относительно неизменное. Некоторые наблюдения говорят в пользу того, что константность приобретается и зависит от условий жизни человека.

Мы способны в большинстве случаев воспринимать размер предметов как относительно постоянный (или за счет бессознательных умозаключений, или за счет соотношения с элементами текстуры). Однако в некоторых случаях этот совершенный механизм приводит к иллюзиям (ошибкам) восприятия

Вопросы для самопроверки и обсуждения

1. Что такое восприятие?
2. Сравните восприятие и ощущение (выделите сходство и различия).
3. Что такое перцептивный образ?
4. Как контролировать точность и полноту формирующихся образов?
5. Назовите основные виды восприятия.
6. Назовите основные свойства восприятия.
7. Чем характеризуется восприятие как деятельность?
8. Какова роль мотивации в работе восприятия?
9. Как создается установка на восприятие?
10. Какова роль эмоций в работе восприятия?
11. Как учитывается фон восприятия?
12. Что такое апперцепция?
13. Какова роль прошлого опыта в работе восприятия?
14. Какова роль мышления и речи в организации восприятия?
15. Проиллюстрируйте работу основных законов гештальта.
16. Как учитывать возраст в организации восприятия?
17. Охарактеризуйте специфику развития восприятия.
18. Какова роль общения в организации работы восприятия?

Практическое задание

1. Работа с ключевыми понятиями: восприятие, образ восприятия, свойства восприятия, апперцепция, иллюзии восприятия, установки восприятия, стереотипы восприятия, перцептивный образ, предметность восприятия, целостность, структурность, константность, апперцепция, иллюзии восприятия, активность (избирательность) восприятия, феномены гештальта: близость, простая структура, равновесие, сходство, симметрия.

Задание 1. Заполните таблицу «Классификация восприятия».

Принцип классификации	Виды восприятия	Общая характеристика

Задание 2. Определите, какие свойства восприятия появляются в следующих ситуациях:

а) когда мы видим схематическое изображение какого-либо объекта (например, человеческой фигуры), то без труда угадываем его. Это свойство восприятия широко используется художниками;

б) при некоторых психических заболеваниях людей наблюдается следующее расстройство восприятия: они перестают узнавать предметы, хотя без особого труда определяют их составные элементы;

в) если впервые посмотреть с большой высоты вниз, то все будет казаться уменьшенным по размеру. Но со временем все нормализуется. Например, этого не наблюдается у машинистов башенных кранов, у монтажников-высотников;

г) после ампутации конечности у людей наблюдается феномен фантомной конечности. Он выражается в том, что у них длительное время сохраняется образ несуществующей руки или ноги, и они ведут себя так, как если бы она действительно была на месте. Время от времени им кажется, что она неудобно лежит, чешется, болит, мерзнет и т.д., и они пытаются исправить положение;

д) когда человек смотрит на какой-то предмет, то глаз его все время движется;

е) известно, что влюбленный человек не замечает изъянов во внешности своего избранника;

ж) если смотреть на удаленные рельсы, то они кажутся сходящимися;

з) обычно мы смотрим на стоящие, на столе тарелки сбоку, а не сверху. Однако они нам кажутся не овальными, а круглыми.

Упражнение 1. Изучение закономерностей ощущения и восприятия.

Цель: Роль восприятия в познавательной деятельности.

Материалы и оборудование: Набор мелких предметов (вата, ключ, монета, мел, резинка и др.).

Ход работы: испытуемый становится лицом к аудитории, закрывает глаза, вытягивает руку в сторону ладонью вниз и отворачивает голову так, чтобы не видеть вытянутой рук.

На первом этапе преподаватель показывает предмет так, чтобы его видели все, кроме испытуемого. Далее он кладет предмет на тыльную сторону руки и просит испытуемого сказать все возможное о предмете. Протоколист записывает показания испытуемого по следующей схеме:

Номер предмета	Предмет	Показания испытуемого		
		1-й этап	2-й этап	3-й этап

Предмет осторожно снимают. Затем последовательно проводят аналогичную работу с остальными отобранными для эксперимента предметами.

Второй этап проводят так же, как первый, с той лишь разницей, что предметы кладут на внутреннюю сторону ладони. Преподаватель должен следить, чтобы испытуемый не проводил никаких движений рукой или пальцами.

На третьем этапе испытуемому разрешается ощупать предмет, лежащий на ладони. Перед этим протоколист зачитывает те показания, которые давал испытуемый на первом и втором этапах.

На основе анализа полученных показаний делают выводы:

– при воздействии предметов на наши органы чувств возникают.....

– с помощью ощущений отражаются.....

– восприятие – предметное, целостное отражение

– восприятие не сводится к.....

Задание 3. Используя предложенные ниже понятия, выстройте логический ряд, чтобы каждое предыдущее понятие было родовым (более общим) по отношению к последующим:

Ощущение, психика, осязание, познание, чувственный образ, отражение, мозг.

Задание 4. Прокомментируйте следующие расхожие мнения о сенсорно-перцептивных процессах с точки зрения их соответствия современному состоянию психологической науки. Ответы аргументируйте.

1. Наше восприятие окружающего зависит от нашей культуры, образования и опыта.

2. У всех животных и человека способность рецепторов улавливать сигналы различна.

3. Экстрасенсорное восприятие не считается законным предметом научного исследования.

4. Сенсорная изоляция приводит к необратимым патологическим изменениям психики.

5. Органы чувств ребенка начинают функционировать еще до его рождения.

6. Наше восприятие предметов все время изменяется в соответствии с их расстоянием от глаз и с углом, под которым мы их видим.

Упражнение 2. «Развитие восприятия времени».

Попросите испытуемого посидеть тихо в течение 3, 4, 5, 6 минут. Когда время, по его мнению, пройдет, он должен сообщить об этом (испытуемый не должен видеть часы или секундомер).

Задание 5. Проведите самодиагностику ведущего канала восприятия с помощью опросника «Канал восприятия».

Самостоятельная работа

Темы рефератов

1. Законы и загадки зрительного восприятия человека.

2. Психологические особенности восприятия телевизионных программ.

3. Экстрасенсорное восприятие: мифы и реальность.

4. Иллюзии восприятия и их роль в жизни человека.

Рекомендуемая литература

1. Психология: учеб. для гуманитар. вузов / под ред. В.Н. Дружинина. – 2-е изд. – СПб.: Питер, 2009. – 656 с.

2. Величковский, Б.М. Современная когнитивная психология / Б.М. Величковский. – М.: Изд-во МГУ, 1982. – 336 с.

3. Гибсон, Дж. Экологический подход к зрительному восприятию / Дж. Гибсон. – М.: Прогресс. 1988. – 461 с.

4. Грегори, Р. Л. Глаз и мозг: Психология зрительного восприятия / Р.Л. Грегори. – М.: Прогресс, 1970– 271 с.

5. Забродин, Ю.М, Лебедев А.Н. Психофизиология и психофизика / Ю.М. Забродин, А.Н. Лебедев / АН СССР. – М.: Наука, 1977. – 288 с.

6. Найссер, У. Познание и реальность / У. Найссер. – М.: Прогресс, 1981. – 230 с.

7. Солсо, Р. Л. Когнитивная психология / Р.Л. Солсо. – М.: Тривола, 1996. – 598 с.

8. Нуркова, В. В. Психология: учебник / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – М.: Юрайт-Изд, 2007. – 484 с.

ПАМЯТЬ

1.1 Основные мнемические процессы

Память – это способность живой системы фиксировать факт взаимодействия со средой (внешней или внутренней), сохранять результат этого взаимодействия в форме опыта и использовать его в поведении.

Основные процессы или стадии: запоминание (кодирование), хранение, воспроизведение и забывание. Однако, несмотря на их независимость, эти блоки составляют единую мнемическую систему и могут быть разделены лишь искусственно при соответствующей постановке эксперимента (Фресс П., Пиаже Ж., 1973; Величковский Б.М., 1982; Солсо Р.Л., 1996).

Запоминание. В экспериментальной психологии для оценки запоминания, его продуктивности и длительности используется две парадигмы: запоминание с одного раза и запоминание после многократных повторов (насыщенное). Можно говорить о разной длительности запоминания: краткосрочное, оперативное и длительное. Некоторые авторы отождествляют длительность запоминания и продолжительность хранения; в таком случае говорят о кратковременной, оперативной и долговременной памяти.

Если в основу классификации положить характер целей, то запоминание подразделяют на намеренное (произвольное) и ненамеренное (непроизвольное). В зависимости от используемых средств в процессе запоминания последнее может подразделяться на непосредственное и опосредствованное.

Материал, подлежащий запоминанию, может быть зрительным, слуховым, образным, вербальным, моторным, эмоциональным и т.д. В зависимости от запоминаемого материала различают виды памяти (зрительную, слуховую, образную, вербальную, моторную, эмоциональную и т.д.).

При изучении запоминания используют такие характеристики материала, как его осмысленность и бессмысленность. Так как продуктивность запоминания зависит от осмысленности или бессмысленности материала, то эти характеристики материала используют при описании психического процесса, говоря об осмысленном или механическом запоминании.

Объем материала, степень его однородности и последовательность запоминания несомненно влияют на результативность и стратегию запоминания. Это зафиксировано в феноменах, получивших название «эффект длины», «эффект привычности» и «эффект края». Соответственно выделяют подвиды запоминания: целостное и по частям, привычное и непривычное, массивованное и распределенное.

Хранение. Блок хранения имеет свои собственные закономерности и детерминанты. Все, что успешно прошло через запоминание, вовсе не обязательно успешно хранится. Из опыта известно, что некоторые события (вроде бы «неважные» и неприметные) вдруг неожиданно всплывают в актуальном воспоминании или оказывают подспудное влияние на другие когнитивные процессы (чувство языка – на запоминание слов данного языка). Это называется продуктивностью хранения. Кроме того есть и другая характеристика, называемая длительностью хранения. К блоку хранения могут быть отнесены и феномены интерференции (ретроградной и антероградной): одна информация затрудняет хранение другой (соответственно, предыдущей или последующей).

Воспроизведение. Блок воспроизведения объединяет результаты, полученные при разных условиях воспроизведения. По величине отсрочки между запоминанием и воспроизведением последнее подразделяют на непосредственное и отсроченное. В зависимости от характера целей (намеренность или ненамеренность) выделяют прямые и косвенные процедуры воспроизведения (припоминание и узнавание). Например, было показано, что объем припоминания меньше, чем объем узнавания. Специально

выделяется феномен реминисценции – отсроченное непроизвольное воспроизведение. Точность и скорость узнавания зависят от знакомости и осмысленности материала: знакомый материал узнается точнее, а осмысленный – быстрее. В специальный раздел выделяются феномены ошибок воспроизведения и их динамики во времени: различают контаминацию (перепутывание) и конфабуляцию (домысливание).

Забывание. Блок забывания также можно рассматривать как относительно независимый. Особую проблему составляет спонтанная динамика следа. Известно, например, что некоторые события могут «вытесняться», тогда как другие не удастся намеренно забыть. Оцениваются временные и точностные характеристики забывания в зависимости от стратегий, которые использовались на предыдущих этапах переработки, особенно при запоминании. И конечно, на забывание влияет модальность заученного материала (образный, вербальный и т. д.), его осмысленность и привычность. Динамика забывания зависит также от функционального и эмоционального состояния испытуемого.

Следом памяти называют результат работы мнемической системы. Под консолидацией следа понимается возрастание силы ассоциаций, а под ослаблением – уменьшение силы связи. Эти понятия пришли в психологию из ассоцианизма.

Впервые силу следа экспериментально изучал Эббингауз. Он придумал списки псевдослов, образованных двумя согласными и одной гласной (*ZAC, BOK, SID*). Выучив несколько списков, он проверял, сколько слов из каждого списка будет воспроизведено через 20 минут, 1 час, 7–9 часов, 1, 2, 6 и 31 день. Величину, дополнительную к числу правильно воспроизведенных слов, Эббингауз назвал индексом забывания и построил знаменитую кривую забывания, которую можно было бы назвать кривой воспроизведения (рис.6).

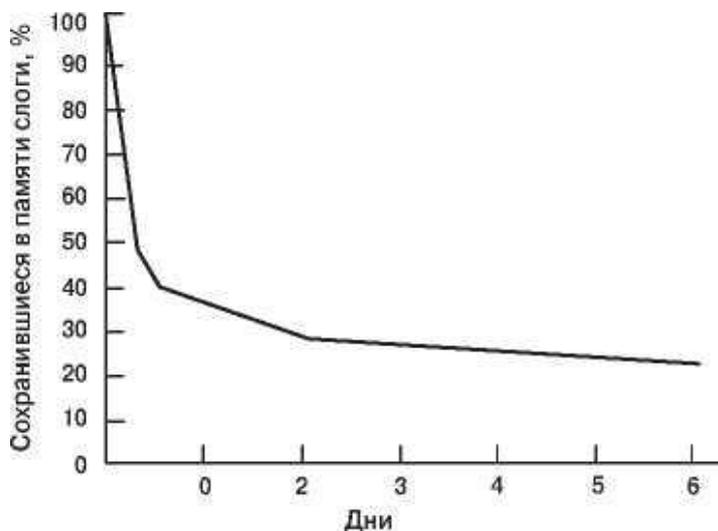


Рис.6 – Кривая забывания Эббингауза

Согласно Розенцвейгу, след имеет два свойства: силу и уязвимость. Сила определяет вероятность припоминания и подвержена интерференции. Уязвимость характеризует «хрупкость» следа; она спонтанно уменьшается во времени. Предполагается, что этими двумя свойствами можно объяснить процесс консолидации следа. Первое свойство отвечает за то, что сила следа увеличивается во времени; второе свойство предсказывает снижение уязвимости следа. Поэтому следует различать две формы забывания: первая (обратимая) является проявлением недоступности следа, что может быть вызвано неадекватным контекстом или функциональными нарушениями. Вторая форма (необратимая) является проявлением «хрупкости» следа в результате его «уязвления».

Существует несколько феноменов, которые подтверждают наличие обратимой формы забывания. Во-первых, реминисценция – спонтанное улучшение воспоминания.

Реминисценция зависит от качества предварительного обучения; известно, что для появления реминисценции необходим оптимум научения. Во-вторых, амнезия, наступающая после электрошока (от нескольких минут до нескольких часов). Прежде предполагалось, что в данном случае нарушается процесс консолидации. Однако есть все основания полагать, что причиной забывания является не нарушение консолидации, а трудность припоминания. Ж.-Фр. Ламбер приводит данные, что возбуждающие наркотики могут частично снять амнезию, так как шок нарушает не сами следы, а доступ к этим следам. Результаты по имплицитному научению также косвенно подтверждают это объяснение: оптимальным является воспроизведение при «идентичной мотивации», или при идентичном уровне активации.

Ламбер предполагает, что для консолидации следа нужен некий «уровень тревоги». В качестве иллюстрации он ссылается на эффект Камина – улучшение припоминания происходит через несколько минут и через 24 часа. Последнее объясняется режимом функционирования гипоталамо-гипофизарной системы. Первоначальный стресс вызывает высвобождение ацетилхолина (лучшее запоминание), а наступающее после этого истощение ведет к ослаблению силы следов.

Рааймейкерс с соавторами допускает три теоретические возможности для объяснения забывания: уменьшение силы следа, возрастание «соревнования» с другими следами памяти (интерференция) и изменение природы связи между отдельными элементами, образующими связь на этапе обучения.

Разработано много моделей, описывающих отдельные аспекты процесса долговременного запоминания. Мы ограничимся перечислением отдельных факторов, влияющих на этот процесс:

- число повторений (возрастает по мере увеличения отсрочки воспроизведения);
- знакомость стимула;
- число ментальных повторений, которые зависят от того, как долго информация оставалась в оперативной памяти;
- степень организованности материала и глубина переработки в соответствии с текущими и долгосрочными целями;
- интенции на запоминание и владение стратегиями запоминания.

Как видно, результативность хранения информации в долговременной памяти зависит от многих факторов, одни из которых являются характеристиками предшествующих процессов переработки, другие имеют «локализацию» в самой долговременной памяти.

1.2 Классификации видов памяти

По признаку наличия целей выделяют произвольную и произвольную память. Если при рассмотрении блоков запоминания и воспроизведения акцент ставится на используемых мнемических средствах, то говорят об опосредованном или непосредственном запоминании и воспроизведении. Если имеются в виду главным образом взаимозависимости между блоками хранения и воспроизведения, то выделяют имплицитную и эксплицитную память, также называемую осознаваемой и неосознаваемой, или активной и пассивной.

В отечественной психологии с 1960-х гг. изучалась роль мнемических средств в организации и функционировании мнемической системы. А.А. Смирнов (1966), рассматривая генезис мнемической функции, подчеркивал роль внешних опор запоминания. Термины «внешне и внутренне опосредствованная память» были введены А.Н. Леонтьевым (1972) для описания процесса «вращивания» знаковых средств при запоминании.

Исследования В.Я. Ляудис (1976) показали, что в процессе развития памяти у детей знаки сначала используются для обозначения и внешней регуляции внутреннего плана представлений, а затем они интериоризируются и начинают выполнять регуляторную функцию в процессах запоминания и припоминания.

П.И. Зинченко (1961) провел серию экспериментов, направленных на изучение произвольного и непроизвольного запоминания. Автор сравнивал продуктивность непроизвольного запоминания одного и того же материала в зависимости от того, какое место занимает этот материал в структуре деятельности (мотив, цель, способ выполнения деятельности). Был получен убедительный результат: материал, связанный с целью, запоминается лучше по сравнению с материалом, связанным с условиями достижения цели; фоновые раздражители запоминались хуже всего.

Автор исследовал особенности запоминания в зависимости от того, насколько активной и содержательной была та мыслительная работа, «внутри которой осуществлялось запоминание». Испытуемым давалась задача механически запомнить слова или найти смысловую связь между словами. Было показано, что чем более осмысливалось содержание слов и чем больше требовалось активности при этом осмысливании, тем лучше запоминались слова.

Впервые эффект имплицитного научения был получен Ребером в 1967 г.: он предлагал испытуемым автомат, который работал по сложной программе. Эту программу, названную «грамматикой», испытуемые имплицитно усваивали, не зная о том, что такая программа существует. *Имплицитная память* – это память без осознания предмета запоминания, или бессознательная память. Осознаваемая память называется *эксплицитной*. Феномены имплицитной памяти были обнаружены не только при моторном научении, но в широком классе задач, который используется в парадигме запечатления. Например, Левики предлагал испытуемым серию фотографий с изображением женщин с длинными и короткими волосами. Демонстрация фотографий женщин с длинными волосами всегда сопровождалась рассказом об их доброте.

В тестовой серии испытуемых просили вынести суждение относительно «доброты» ранее не демонстрировавшейся женщины: испытуемый оценивал последнюю как добрую, если у нее были длинные волосы.

В 1984 г. Граф и Шехтер описали больных амнезией, которые были способны к имплицитному научению, но имели серьезные нарушения в эксплицитной памяти. Действие имплицитной памяти проявляется в спонтанном отнесении примера к прототипу, в классификации объектов согласно имплицитно усвоенному основанию и др. След имплицитной памяти имеет большую силу по сравнению со следом эксплицитной памяти, но одновременно он и более уязвим. При изменении семантического контекста продуктивность действия имплицитной памяти резко снижается. В экспериментах Шехтера и Графа был обнаружен феномен модальной специфичности имплицитной памяти. Оказалось, что имплицитная память чувствительна к смене модальности, особенно при переходе от зрительной к слуховой, тогда как на продуктивность эксплицитной памяти смена модальности не оказывает влияния.

Чувствительность имплицитной памяти к модальности лежит в основе чувства знакомости. Показано, что оценка стимулов как «знакомых» или как «незнакомых» во многом базируется на этом чувстве, причем само оно может быть неосознаваемым.

Наиболее явным и бросающимся в глаза свойством памяти является ее продолжительность. Некоторые события запоминаются надолго, другие оставляют мимолетные следы. Эта характеристика памяти, основанная на длительности хранения и хорошо известная каждому человеку по собственному опыту, нашла отражение в делении памяти на кратковременную и долговременную. Время удержания информации в памяти зависит от таких параметров стимула, как его осмысленность, знакомость, модальность,

размер и др. Кратковременная и долговременная память различаются также и по количеству материала, который удерживается в памяти. Эта характеристика называется объемом, или емкостью, памяти. Объем и длительность хранения являются зависимыми параметрами: при определении объема как функции времени получается немонотонная кривая, которая, в частности, интерпретируется как доказательство двух типов памяти.

Классическая позиция состоит в том, что объем памяти является константой, и если количество информации превышает пропускную способность памяти, то «лишняя» информация теряется. В 1956 г. Дж. Миллер предположил, что в кратковременной памяти удерживается неизменное число единиц кратковременной памяти. Объем кратковременной памяти у взрослого человека является фиксированным, будь то единицы зрительной информации (буквы) или слуховой. Этот объем стал известен как «магическое число», равное 7 ± 2 . Эта величина изменяется с возрастом; объем непосредственной памяти от 2 до 10 лет увеличивается от 2,5 до 5 единиц.

Для определения объема долговременной памяти невозможно разработать аналогичную (расчетную) экспериментальную процедуру; объем долговременной памяти принято считать бесконечным.

Если испытуемому предложить ряд стимулов для заучивания, а затем попросить его воспроизвести эти стимулы в произвольном порядке, то вероятность воспроизведения первых и последних стимулов будет выше, чем стимулов, расположенных в середине ряда. Этот феномен получил название «эффект первичности и недавности».

1.3 Модели памяти в когнитивной психологии

Идея существования двух типов памяти получила второе дыхание после возникновения кибернетики. Н. Винер в 1948 г. подразделил память на текущую и постоянную. Эта идея была подхвачена психологами в 1950–1960 гг. и выразилась в выделении кратковременной и долговременной памяти. Примерно в то же время появились понятия «оперативная память», «рабочая память», «каталожные ящики», «регистры» и «буфер».

В 1958 г. Бродбент в статье «Перцепция и коммуникация» предложил модель когнитивной переработки, согласно которой перцептивная информация параллельно поступает в сенсорные регистры, соответствующие различным модальностям сигнала. Там она хранится очень короткое время (несколько сот миллисекунд) и затем передается в следующий блок, где уже подвергается последовательной переработке и перекодированию в вербальную форму. Этот блок переработки имеет ограничения, но информация может там храниться значительно дольше (порядка нескольких секунд). Этот блок соответствует кратковременной памяти. Вероятность перехода информации из кратковременной памяти в долговременную зависит от глубины и качества ее переработки.

Одна из первых моделей, почти дословно воспроизводящая идею Джемса, была предложена Во и Норманом в 1965 г. Авторы полагали, что информация из первичной памяти теряется не просто оттого, что она там постепенно затухает, а из-за того, что она вытесняется вновь поступающей информацией, т.е. из-за интерференции.

Аткинсон и Шифрин (1968) разработали множественную модель памяти, введя дополнительные элементы: не только структурные, но и динамические. Согласно их модели, информация не просто перекачивается из одного блока в другой, а копируется путем перевода в другие коды. Сначала информация поступает на многочисленные сенсорные регистры, где каждый стимул характеризуется набором первичных признаков. Далее информация поступает в кратковременное хранилище, где она сохраняется в течение некоторого периода времени, длительность которого обычно зависит от индивида. Для поддержания информации в кратковременном хранилище испытуемый создает своего рода буферную емкость для повторения, способную удерживать небольшое количество элементов (семь-девять цифр) в течение примерно 30 с. Авторы выделили

в кратковременном хранилище особую слуховую вербально-языковую систему, которая обеспечивает повторение информации. Каждый из элементов, поступающих в буфер, вытесняет один из элементов, уже находящихся там. Поступление элементов в буфер может контролироваться. Поэтому кратковременное хранилище можно считать оперативной памятью. Кратковременное хранилище связано с долговременным, откуда могут поступать «вербальные ассоциации» и необходимая для выполнения текущих задач информация. Извлечение информации из долговременного хранилища требует соответствующего выбора стратегии. Одной из операций управления потоком информации является ее повторение в кратковременном хранилище. Информация из кратковременного хранилища поступает в долговременное в результате перекодирования в особый код, который структурирует информацию, обеспечивая тем самым ее долговременное хранение.

1.4 Функциональный подход в исследованиях памяти

Несмотря на успешное развитие моделей памяти, использующих компьютерные метафоры, стало понятно, что аналогия между переработкой информации у человека и компьютера не является удовлетворительной. Прежде всего, исследователи столкнулись с фактом влияния таких переменных, как мотивация, интенция, интерес, внимание и осмысленность материала, на результативность мнемической системы. Таким образом, возникла острая необходимость введения не только результативного (объем и длительность хранения), но и функционального критерия для моделирования памяти.

Функциональные компоненты вводились в изначально структурные модели памяти постепенно. В эволюции компьютерной идеологии можно выделить три периода. Сначала были выделены две формы хранения: кратковременная и долговременная. Затем постулировалось различие между сенсорным регистром и собственно кратковременной памятью. И наконец, внутри кратковременной памяти были выделены структурные и функциональные компоненты (кратковременное хранилище и буфер повторения).

Впервые на наличие сенсорной (сверхкратковременной) памяти как отличной от кратковременной указал Аткинсон. Для обозначения этого вида памяти он использовал понятие «сенсорный регистр». Предполагалось, что для каждой модальности существует свой, строго специфичный регистр, где информация хранится непродолжительное время (от нескольких сот миллисекунд до нескольких секунд в зависимости от модальности). Далее информация пассивно перекачивается в кратковременное хранилище.

Понятие «оперативная память» было введено Аткинсоном и Шифриным. Они полагают, что внутри кратковременной памяти можно выделить две составляющие: одна выполняет функцию хранения, вторая – функцию переработки. Авторы обнаружили, что информация не хранится в кратковременной памяти пассивно, а активно поддерживается (в течение 15–30 с) и перекодирована, прежде чем перейти в долговременную память. Для обеспечения оперативной переработки требуются ресурсы, поэтому продуктивность кратковременной памяти (и ее подотдела – оперативной памяти) в значительной мере зависит от аттенционных нагрузок.

В 1974 г. Бэддли и Хитч разработали модель оперативной памяти. Под оперативной памятью понимается система хранения и переработки информации, которая является мультимодальной. Эта система состоит из трех компонентов: центрального исполнительного процессора и двух «систем-рабов», из которых одна специализируется на переработке вербального материала (артикуляционная петля), а вторая, связанная с пространственной зрительной памятью, является зрительной пространственной матрицей. Согласно модели, в артикуляционной петле автоматически поддерживается некоторое количество информации. Это количество зависит от времени, необходимого для вокализации вербального материала, и составляет примерно 1,5–2 с. Поэтому емкость памяти можно выразить либо через количество стимулов, либо через общую длительность проговаривания.

В многочисленных экспериментах было затем показано, что подавление артикуляции (или выполнение задач, требующих участие артикуляционной петли) влечет за собой снижение емкости оперативной памяти. Центральный процессор может увеличить емкость хранения, «включая» ментальные операции повторения.

В теории Ошанина Д.А. (1977) была развита идея оперативного образа – аналога оперативной памяти в зрительной модальности. Оперативный образ складывается при выполнении конкретной деятельности. В исследованиях В.П. Зинченко и его коллег было показано, что процесс формирования перцептивного образа развернут во времени и включает в себя ряд перцептивных действий, начиная с выделения признаков и заканчивая собственно построением образа.

1.5 Уровни переработки информации

Накопленные экспериментальные данные не позволяли интерпретировать результаты работы мнемической системы, исходя только из характеристик сигнала (его модальности и длительности переработки). В методологии психологической науки произошел коренной перелом после того, как в 1972 г. Крэйк и Локхарт разработали новый подход к пониманию сущности процесса переработки информации. Они предложили выделить уровни обработки информации. Каждый стимул может обрабатываться на разных уровнях: начиная с перцептивного и заканчивая более глубоким абстрактным. Оказалось, что некоторые виды памяти соответствуют разным уровням обработки информации. На каждом из уровней может использоваться тот или иной код (зрительный, слуховой), однако характер переработки информации определяется не только кодом поступающей информации, но и сочетанием кода с уровнем переработки.

Предполагается, что слуховой код является предпочтительным для хранения информации в сверхкратковременной памяти. В зрительной кратковременной памяти информация подвержена более всего пространственной интерференции, на основании чего некоторые авторы делают вывод, что доминирующим кодом кратковременной памяти является пространственный.

При переходе в долговременную память происходит перекодирование информации в вербально-символический код. Но до настоящего времени нет определенности относительно того, как происходит перекодирование и что из себя представляет семантический код.

Сенсорный уровень. В 1961 г. Сперлинг провел эксперименты, направленные на определение объема зрительной кратковременной памяти. Было выявлено два феномена. Во-первых, объем кратковременной памяти превышает 7 единиц и составляет 9–12. Во-вторых, время отсрочки является критическим фактором для удержания зрительной информации: начиная с 700 мс процент воспроизведения снижается от 100% до 20%. Эта память получила название иконической (см. схему на рис. 7).



Рис.7 – Модулярная репрезентация уровней переработки памяти человека

Аткинсон называет этот вид памяти сенсорным регистром. В сенсорном регистре, по мнению Аткинсона, зрительный стимул «оставляет более или менее фотографический след», и затем информация в результате сканирования переходит в кратковременное хранилище. Близкие результаты относительно «фотографического хранения» в первые моменты переработки информации получили в 1967 г. Эриксон и Коллинз. В звуковой модальности существует сенсорная память, аналогичная иконической. У. Найссер ввел в 1967 г. понятие «эхоическая память». Как и в случае с иконической памятью, эхоическую можно рассматривать как проявление инертности сенсорного регистра.

В 1971 г. Петерсон и Джонсон сравнили кривые воспроизведения в зрительном и слуховом кодах. На рис.8 показана зависимость воспроизведения от времени предъявления в зрительном и слуховом кодах. Результаты свидетельствуют, что слуховой код имеет преимущество по сравнению со зрительным при небольших отсрочках воспроизведения после получения информации (от 3 до 5 с). Если отсрочка превышает 10 с, то преимущество имеет информация, которая имеет зрительный код.

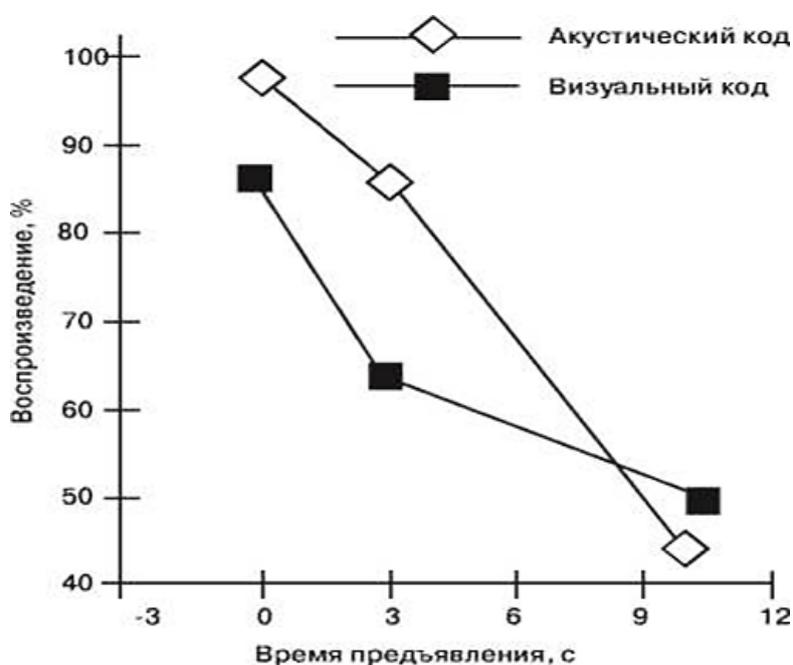


Рис. 8 – Зависимость воспроизведения информации, предъявляемой в визуальном и акустическом виде, от времени предъявления

Лексический и образный уровень. Зрительная и слуховая информация объединяются на следующем уровне переработки и образуют код, который называется лексическим. Мортон (1970) высказал предположение, что работа этого модуля обслуживается системой логенов, структур, специализированных для переработки слов. В этом коде (или в лексической памяти) происходит интеграция фонологических и орфографических характеристик слова, включая моторные компоненты артикуляции каждого слова. Поэтому узнавание и переработка слов с помощью данного модуля не зависят от сенсорного формата входа.

Особый раздел представляют работы, связанные с функционированием образного кода и образной памяти. Большинство авторов соглашается с тем, что образная информация имеет две формы хранения: первая связана с долговременной памятью и составляет основу наших общих знаний о мире, вторая поддерживает процесс манипулирования текущими образами и может быть отнесена к оперативной памяти.

Существуют экспериментальные доказательства функционирования образного кода. Бэддли называет этот модуль переработки кратковременной образной памятью и предполагает, что существует три независимых механизма, лежащих в ее основе: память на паттерны, память на буквы и память на слова.

1.6 Память и организация знаний

Ле Ни (1988) ввел понятие «репрезентация», с помощью которого удалось зафиксировать одновременно структурную стабильность и динамичность знаний. Он различал репрезентации-типы и временные репрезентации. Первые составляют основу наших знаний о мире и имеют пропозициональную структуру. Вторые представляют собой формы, в которых проявляется знание применительно к данной ситуации. Сходную классификацию предлагает Ришар (1992): он различает собственно знания и текущие репрезентации. Последние являются частью долговременной памяти и отвечают за отражение ситуации применительно к выполняемой деятельности.

В 1935 г. Н.Ф. Шемякин описал два вида пространственных репрезентаций: карты-пути (в которых сохраняются топологические свойства пространства) и карты-обозрения (в которых сохраняются метрические свойства). Автор показал, что в ходе онтогенеза сначала осваиваются карты-пути, а потом – карты-обозрения.

В современной экспериментальной психологии широко используется парадигма запечатления. Под запечатлением понимают облегчающее (или мешающее) воздействие, которое оказывает запечатляющий стимул на последующую переработку тестового стимула. Эти формы запечатления получили название положительного или отрицательного фактора. Известно несколько видов запечатления, в зависимости от того, к какому уровню была адресована запечатляющая задача: выделяют фонологическое, лексическое и семантическое запечатление.

При фонологическом запечатлении переработка одних слов облегчает называние других, близких по звучанию. При лексическом запечатлении происходит иррадиация облегчающего влияния на лексически близкие слова, например принадлежащие к одним грамматическим формам. Семантическое запечатление выражается в факте влияния семантического контекста на переработку информации, близкой по смыслу.

При работе с вербальным материалом эффект семантического запечатления проявляется при выполнении следующих тестовых задач: идентификация слов, свободные ассоциации, узнавание слов, завершение слов по фрагменту. На образном материале эффект запечатления обнаружен при выполнении задач визуализации («представьте себе...»), подбора зрительного примера к вербальному высказыванию, идентификации изображений, классификации объектов и др.

Мы рассмотрели два уровня переработки информации и соответствующие им модули памяти. Самый глубокий уровень – концептуальный – «обслуживается» преимущественно семантическим кодом. Предполагается, что именно семантический код лежит в основе памяти и организует структуру знаний, однако он принимает участие и в работе всех вышеперечисленных модулей.

Одни авторы полагают, что существует единый формат хранения для всех знаний. В развитие такой точки зрения строятся всевозможные модели, которые призваны объяснить, каким образом сущностно одинаковые единицы знания приводят к построению различных по объему и характеру концептов. Сторонники множественных моделей репрезентации исходят из того, что имеется несколько различных форматов хранения, объясняющих многообразие наших знаний. Существует класс теорий, в которых постулируются две формы репрезентации, принципиально несводимые друг к другу.

Функционирование знаний. Ришар (1998), исследуя природу функционирования знаний, обратил внимание на то, что одни и те же концептуальные знания

изменяются в зависимости от того, стоит ли перед испытуемым задача понимания смысла текста или формирования программы действий. Предполагается, что процедурное знание направляется автоматизмами, мало осознается и трудно вербализуется. Для актуализации декларативного знания требуется осознание.

Какой бы ни была форма репрезентации знаний в долговременной памяти, эти знания необходимо должны быть субъектно ориентированными. В 1962 г. Тульвинг разделил долговременную память на эпизодическую и семантическую. Первая имеет темпоральные отметки, относится к специфическим эпизодам, местам и событиям, вторая построена по типу тезауруса. Из-за того, что эпизодическая память привязана к событиям, она подвержена сильным искажениям, если ее содержание осталось не включенным в семантическую память.

В 1976 г. Робинсон ввел понятие «автобиографическая память». Эта память представляет собой сложные ментальные репрезентации сцен и категорий, имеющих личное отношение к индивиду. Автобиографическая память является частью эпизодической памяти. Нигро и Райссер (1988) обнаружили, что человек может припоминать события о собственных переживаниях, либо принимая позицию стороннего наблюдателя, либо помещая себя внутрь сцены. Содержание припоминания дается с разных точек зрения: в первом случае испытуемый парит над сценой, во втором – находится в ней.

Память о своей памяти называется метапамятью. Это понятие было введено Шнейдером как знание о процессах, относящихся к памяти. С возрастом улучшается знание об эффективных стратегиях индивидуального запоминания и особенно об условиях их применения.

Вопросы для самопроверки и обсуждения

1. Дайте характеристику памяти как познавательному психическому процессу.
2. Какие теории памяти вы знаете?
3. Раскройте взгляды Аристотеля на проблему ассоциаций.
4. Расскажите об исследованиях памяти, проведенных Г. Эббингаузом.
5. Дайте характеристику основным видам памяти.
6. Охарактеризуйте основные виды запоминания.
7. Какие вы знаете основные приемы и способы произвольного запоминания?
8. Расскажите об исследованиях процессов запоминания в работах П.И. Зинченко и А.А. Смирнова.
9. Охарактеризуйте процессы воспроизведения и узнавания.
10. Что вы знаете о произвольном и произвольном воспроизведении?
11. В чем выражается связь узнавания и воспроизведения с такими процессами, как воля и мышление?
12. Расскажите о законе забывания, открытом Г. Эббингаузом. Какие способы и методы, направленные на замедление процессов забывания вы знаете?
13. Расскажите о явлениях ретроактивного торможения и ретроградной амнезии.
14. Расскажите об индивидуальных особенностях памяти.

Практические задания

1. Работа с ключевыми понятиями: память, виды памяти, мнемические действия, продуктивность памяти, сохранение, узнавание, припоминание, воспроизведение, забывание, проактивное торможение, ретроактивное торможение, запредельное торможение.

Задание 1. Составьте обобщенную схему видов памяти по различным основаниям.

Задание 2. Охарактеризуйте процессы памяти.

Задание 3. Заполните таблицу «Характеристика теорий памяти»

Название теории	Автор(ы)	Основная идея	Практическое применение
-----------------	----------	---------------	-------------------------

Задание 4. Проиллюстрируйте примерами следующие явления: эффект Зейгарник, ретроактивное торможение, проактивное торможение, реминисценция, амнезия.

Задание 5. Определите, на актуализацию каких видов памяти ориентированы следующие педагогические воздействия и жизненные ситуации. В ответе укажите по мере возможности все квалификационные характеристики памяти, то есть, какая она по форме, содержанию, времени хранения информации и регуляции:

1. К завтрашнему уроку вы должны знать таблицу умножения на 8;
2. младенец узнает подвешенную игрушку;
3. чтобы понять разницу между твердыми и мягкими веществами, давайте вспомним, каковы они на ощупь;
4. свидетеля просят составить словесный портрет преступника;
5. ведущий конкурса просит участников попробовать предложенное блюдо и определить, из каких продуктов оно приготовлено;
6. учитель называет английское слово и просит детей повторить его.

Задание 6. Какие виды памяти наиболее важны представителям следующих профессий: учитель математики; врач-терапевт; кулинар; механик; учитель географии; артист театра; балерина; музыкант-исполнитель; парфюмер; водитель.

Задание 7. Определите, в каких из перечисленных обстоятельствах память работает лучше или хуже. Когда мы стареем; когда мы хотим показать себя с лучшей стороны; когда мы поглощены интересной работой; когда нас торопят; когда на нас давят обстоятельства; когда возникают отвлекающие факторы; когда нас перебивают; когда нас переполняют чувства (возбуждение, восторг, гнев и т.д.); когда мы погружены в размышления; когда мы устали или хотим спать; когда мы находимся в привычной обстановке; когда мы действуем на «автопилоте»; когда мы не понимаем смысла воспринимаемой информации; когда мы действуем в направлении сознательно поставленной цели; когда мы находимся в стрессе; когда мы пребываем в депрессии; когда мы слишком тревожны; когда мы находимся в условиях дефицита времени.

Задание 8. Соотнесите законы памяти и практические приемы их реализации.

Наименование закона	Практические приемы реализации
1. Закон интереса	А. Лучше всего запоминаются незавершенные действия, задачи, недосказанные фразы и т. д.
2. Закон осмысления	Б. Лучше всего запоминается информация, которую повторили несколько раз
3. Закон установки	В. Лучше всего запоминается информация, представленная в начале и конце сообщения
4. Закон действия	Г. Длина запоминаемого ряда для лучшего запоминания не должна намного повышать объем кратковременной памяти
5. Закон контекста	Д. При ассоциативном связывании информации с уже знакомыми понятиями новое усваивается лучше
6. Закон торможения	Е. Информация, участвующая в деятельности, запоминается лучше

7. Закон оптимальной длины ряда	Ж. При изучении похожих понятий наблюдается эффект «перекрытия» старой информации новой
8. Закон края	З. Если человек сам себе дал установку запомнить информацию, то запоминание произойдет легче
9. Закон повторения	И. Чем глубже осознание и понимание запоминаемой информации, тем лучше она запоминается
10. Закон завершенности	К. Интересное запоминается легче

Задание 9. Исследование объема кратковременной памяти.

Самостоятельная работа

Темы рефератов

1. Теории памяти в психологии.
2. Рекомендации по улучшению памяти.
3. Индивидуальные особенности памяти человека.

Рекомендуемая литература

1. Психология: учеб. для гуманитар. вузов / под ред. В.Н. Дружинина. – 2-е изд. – СПб.: Питер, 2009. – 656 с.
2. Атkinson, Р. Человеческая память и процесс обучения / Р. Атkinson. – М.: Прогресс, 1980. – 528 с.
3. Леонтьев, А.Н. Проблемы развития психики / А.Н. Леонтьев. – М.: Изд-во МГУ, 1972. – 575 с.
4. Величковский, Б.М. Современная когнитивная психология / Б.М. Величковский. – М.: Изд-во МГУ, 1982. – 336 с.
5. Найссер, У. Познание и реальность / У. Найссер. – М.: Прогресс, 1981. – 230 с.
6. Нуркова, В. В. Психология: учебник / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – М.: Юрайт-Изд, 2007. – 484 с.
7. Солсо, Р. Л. Когнитивная психология / Р.Л. Солсо. – М.: Тривола, 1996. – 598 с.

ВНИМАНИЕ

1.1 Проблема внимания в психологии

Никакой другой психический процесс не упоминается так часто в повседневной жизни и не находит себе с таким трудом место в рамках психологических концепций, как внимание. Часто вниманием объясняются успехи в учебе и работе, а невниманием – ошибки, промахи и неудачи. Особенности внимания с необходимостью диагностируются при приеме детей в школу, при отборе для самой разной профессиональной деятельности. Однако в научной психологии у исследователей возникают значительные трудности в трактовке этого понятия и тех феноменов, которые за ним стоят. Такое положение связано с двумя важными моментами. Во-первых, многими авторами подчеркивается «несамостоятельность» внимания как психического процесса. Внимание, на первый взгляд, нигде не выступает изолированно от других феноменов и не имеет своего отдельного специфического продукта. Во-вторых, внимание является психическим инструментом активности субъекта, позволяющим ему не быть игрушкой внешних воздействий при взаимодействии с окружающим миром.

В некоторых теоретических подходах внимание рассматривается как побочный продукт или характеристика других процессов. Например, в рамках гештальтпсихологии считалось, что все феномены внимания можно объяснить законами структурного восприятия, т.е. организацией внешних стимулов. Поэтому отдельные исследования внимания считались ненужными, однако тот факт, что внимание неразрывно связано с другими психическими процессами или деятельностью субъекта, нельзя считать доказательством его «несуществования». Вниманием можно управлять, используя внешние или внутренние инструменты. Причем это управление не сводится к управлению деятельностью. Существуют специфические нарушения внимания, которые приводят к изменению поведения, к невозможности выполнять определенную деятельность, но которые отличаются от нарушений восприятия, памяти, мышления. Такие сведения, в основном из области прикладной психологии, не позволяют считать внимание лишь побочным или сопутствующим процессом.

На новом этапе развития представлений о внимании приверженцы когнитивной психологии в большинстве случаев описывают его как отдельную инстанцию и рассматривают либо как блок селекции информации, либо как резервуар ресурсов, либо как пульт управления процессами, либо как специфическую предвосхищающую активность (Величковский Б.М., 1982; Дормышев Ю.Б., Романов В.Я., 1995).

Человек перерабатывает не всю информацию, поступающую из внешнего мира, и реагирует не на все воздействия. Среди всего многообразия стимулов отбираются лишь те, которые связаны с его потребностями и интересами, с его ожиданиями и отношениями, с его целями и задачами. Громкие звуки и яркие вспышки привлекают внимание не просто из-за их повышенной интенсивности, но потому, что такая реакция отвечает потребности живого существа в безопасности. Однако и среди различных потребностей и интересов, среди различных задач делается выбор, внимание сосредоточивается лишь на определенных объектах и лишь на выполнении определенных задач. Поэтому место внимания в той или иной психологической концепции зависит от того, какое значение придается активности субъекта психической деятельности.

Проблема внимания была впервые разработана в рамках **психологии сознания**. Основной задачей считалось исследование внутреннего опыта человека. Но пока основным методом исследования оставалась интроспекция, проблема внимания ускользала от психологов. Внимание служило лишь «подставкой», инструментом для их ментальных опытов. Используя объективный экспериментальный метод, В. Вундт обнаружил, что простые реакции на зрительный и слуховой стимулы зависят не только от характеристик внешних стимулов, но и от отношения испытуемого к восприятию этого стимула. Простое вхождение какого-либо содержания в сознание он назвал перцепцией (восприятием), а фокусировку ясного сознания на отдельных содержаниях – вниманием, или апперцепцией. Для таких последователей Вундта, как Э. Титченер и Т. Рибо, внимание стало краеугольным камнем их психологических систем.

Гештальтпсихологи полагали, что объективная структура поля, а не интенции субъекта определяют восприятие предметов и событий. **Бихевиористы** отвергали внимание и сознание как главные понятия психологии сознания. Они попытались совершенно отказаться от этих слов, так как ошибочно надеялись, что смогут разработать несколько более точных понятий, которые позволили бы, используя строгие количественные характеристики, объективно описывать соответствующие психологические процессы. Однако спустя сорок лет понятия «сознание» и «внимание» вернулись в психологию (Величковский Б.М., 1982).

На основании чего мы можем утверждать, что имеем дело с механизмами внимания? Какие феномены психической жизни описывает это понятие? В психологии принято выделять следующие **критерии внимания**.

1. Внешние реакции – моторные, позо-тонические, вегетативные, обеспечивающие условия лучшего восприятия сигнала. К ним относятся поворот головы, фиксации глаз, мимика и поза сосредоточения, задержка дыхания, вегетативные компоненты ориентировочной реакции.

2. Сосредоточенность на выполнении определенной деятельности. Этот критерий является основным для «деятельностных» подходов к изучению внимания. Он связан с организацией деятельности и контролем за ее выполнением.

3. Увеличение продуктивности когнитивной и исполнительной деятельности. В данном случае речь идет о повышении эффективности «внимательного» действия (перцептивного, мнемического, мыслительного, моторного) по сравнению с «невнимательным».

4. Избирательность (селективность) информации. Этот критерий выражается в возможности активно воспринимать, запоминать, анализировать только часть поступающей информации, а также в реагировании только на ограниченный круг внешних стимулов.

5. Ясность и отчетливость содержаний сознания, находящихся в поле внимания. Этот субъективный критерий был выдвинут в рамках психологии сознания. Все поле сознания разделялось на фокальную область и периферию. Единицы фокальной области сознания представляются устойчивыми, яркими, а содержания периферии сознания ясно неразличимы и сливаются в пульсирующее облако неопределенной формы. Такая структура сознания возможна не только при восприятии объектов, но и при воспоминаниях и размышлениях.

Исторически **внимание принято определять как направленность и сосредоточенность сознания на определенных объектах.** Это определение носит на себе явный отпечаток той эпохи, когда психология была «наукой о сознании». **Сегодня определять внимание через сознание не совсем корректно, поскольку само сознание является еще более неясным психическим феноменом, который трактуется психологами совершенно по-разному.**

Не все феномены внимания связаны с сознанием. Замечательный русский психолог Н.Н. Ланге разделил объективную и субъективную стороны внимания. Он полагал, что в нашем сознании есть как бы одно ярко освещенное место, удаляясь от которого психические явления темнеют или бледнеют, все менее сознаются. Внимание, рассматриваемое объективно, есть не что иное, как относительное господство данного представления в данный момент времени: субъективно же это значит быть сосредоточенным на этом впечатлении (Ланге Н.Н., 1976).

В рамках различных подходов психологи сосредотачиваются на тех или иных проявлениях внимания: на вегетативных реакциях селекции информации, контроле за выполнением деятельности или состоянии сознания. Однако если попытаться обобщить всю феноменологию внимания, то можно прийти к следующему определению: **внимание – это осуществление отбора нужной информации, обеспечение избирательных программ действий и сохранение постоянного контроля за их протеканием** (Лурия А.Р., 1975).

1.2 Свойства внимания

В качестве основных свойств внимания выделяют **направленность** внимания на те или иные объекты и явления (в частности, внешнюю и внутреннюю), **степень (концентрация) и объем** внимания.

Степень внимания – это характеристика его интенсивности. В качестве субъективных переживаний оно оценивается как степень их ясности и отчетливости. В современной когнитивной психологии под степенью внимания подразумевают количество ресурсов, вкладываемых в переработку информации, и оценивают ее по уровню или глубине этой переработки. Степень сосредоточенности внимания на объекте называют также **концентрацией**.

Объем внимания определяют как число простых впечатлений или стимулов, осознаваемых ясно и отчетливо. Степень и объем внимания связаны обратной зависимостью: увеличение объема воспринимаемых элементов приводит к уменьшению степени внимания, и наоборот.

Изменения общей **направленности** и **объема** внимания называют отвлечениями, или сдвигами внимания. Оценки частоты колебаний и сдвигов характеризуют устойчивость внимания к данному объекту. Сдвиги внимания с одного объекта на другой называют **переключениями** внимания. Возможность удерживать в сфере внимания одновременно несколько объектов называют **распределением** внимания. Показателями внимания называют количественные характеристики, которые устанавливаются в отношении каждого его свойства. С помощью показателей внимания можно описать индивидуальные особенности каждого человека, а также его состояние в данный момент времени.

1.3 Виды внимания

Существует несколько разных классификаций видов внимания. По У. Джемсу, внимание может быть, во-первых, сенсорным, т.е. непосредственным (если объект вызывает интерес сам по себе), или производным (опосредствованным, если объект вызывает интерес лишь по ассоциации), во-вторых, произвольным (пассивным, рефлексорным, не сопровождающимся чувством усилия) или произвольным (активным, сопровождающимся чувством усилия).

Классификация по признаку произвольности является наиболее традиционной. Разделение внимания на *произвольное и произвольное* историки психологии находят уже у Аристотеля, а полное и всестороннее описание этих разновидностей было сделано уже в XVIII в. Позднее это разделение получило серьезное теоретическое обоснование в работах Т. Рибо и Н. Н. Ланге. Побудительные причины произвольного внимания находят в особенностях внешних объектов.

Источники произвольного внимания целиком определяются субъективными факторами (табл. 1). Этот вид внимания подчинен целям и намерениям субъекта. Однако феноменология внимания настолько обширна, что разделения только на произвольное и произвольное недостаточно. Поэтому внутри этих видов внимания выделяют различные подвиды. К примеру, в рамках произвольного внимания выделяется *вынужденное, невольное и привычное*. Вынужденным называется внимание, которым очень трудно управлять, его привлекают стимулы повышенной интенсивности (громкие звуки, яркий свет, едкие запахи и т. д.), а также повторяющиеся, движущиеся, необычные стимулы. Невольным называется внимание к объектам, которые связаны с удовлетворением основных потребностей, например голод или жажда, но эти объекты привлекают внимание только при определенных обстоятельствах.

Таблица 1 – Факторы, способствующие привлечению внимания

Структура внешних раздражителей (структура внешнего поля)	Структура деятельности субъекта (структура внутреннего поля)
Интенсивность раздражителей	Отношение раздражителей к потребностям, интересам
Новизна раздражителей	
Контрастность раздражителей	Отношение к определенной деятельности и готовность к восприятию определенных стимулов (установка)
Ритмические раздражители	
Движение и прекращение движения	Целенаправленная организация структуры

Если вы голодны, вы невольно обратите внимание на вывеску кафе, но если нет – то можете и не заметить ее. Привычное внимание связано с основными сферами интересов и деятельности человека. Так, во время совместной прогулки представители разных профессий замечают разные объекты.

В рамках *произвольного* внимания можно выделить *волевое* (возникает в случае конфликта между сознательно выбранным направлением деятельности и тенденциями непроизвольного внимания), *выжидательное* (связано с сознательным ожиданием появления того или иного объекта) и *спонтанное* (является трансформированным волевым вниманием и возникает в том случае, когда объект, оказавшийся в поле внимания благодаря усилию, остается там благодаря вызываемому им интересу) (Дормышев Ю.Б., Романов В.Я., 1995).

Удачную как по замыслу, так и по исполнению попытку построения классификации видов внимания по единому основанию предпринял Н.Ф. Добрынин (1938). Он предлагает упорядочить все известные формы внимания по изменению активности субъекта, выделяя в этом континууме три участка. На первом он располагает все формы непроизвольного внимания. Второй – отведен для волевого, или собственно произвольного, внимания. Третий участок связан со спонтанным вниманием, или, как его назвал Добрынин, – послепроизвольным вниманием.

1.4 Теоретические направления в исследованиях внимания

Представители нейрофизиологического направления исследований традиционно связывают внимание с понятием *доминанты*, *активации* и с понятием *ориентировочной реакции* (Лурия А.Р., 1973). Понятие «*доминанта*» было введено в научный словарь русским физиологом А.А. Ухтомским. Согласно его представлениям, возбуждение распределяется по нервной системе неравномерно. Каждая инстинктивная деятельность может создавать в нервной системе очаги оптимального возбуждения, которые приобретают доминирующий характер. Они не только господствуют и тормозят другие очаги нервного возбуждения, но даже усиливаются под влиянием действия посторонних возбуждений. Именно эта характеристика доминанты позволила Ухтомскому расценить ее как физиологический механизм внимания.

Исходным для современного исследования нейрофизиологических механизмов внимания является тот факт, что избирательный характер протекания психических процессов может быть обеспечен лишь в состоянии бодрствующего мозга. Уровень бодрствования коры головного мозга обеспечивается механизмами, поддерживающими нужный тонус коры и связанными с работой восходящей активирующей ретикулярной формации. Отделение ретикулярной формации от коры головного мозга приводит к снижению тонуса и вызывает сон.

Избирательная активация обеспечивается нисходящими влияниями ретикулярной формации, волокна которой начинаются в коре головного мозга (прежде всего в медиальных и медиобазальных отделах лобных и височных долей) и направляются к двигательным ядрам спинного мозга и к ядрам ствола. Работа нисходящей ретикулярной формации очень важна, так как с ее помощью до ядер мозгового ствола доводятся те избирательные системы возбуждения, которые первоначально возникают в коре головного мозга и являются продуктом высших форм сознательной деятельности человека с ее сложными познавательными процессами и программами прижизненно формируемых действий. Взаимодействие обеих составных частей активирующей ретикулярной системы и обеспечивает сложнейшие формы саморегуляции активных состояний мозга. Нарушения функционирования ретикулярной формации приводят к нарушениям внимания.

Понятие «*ориентировочный рефлекс*», введенное в научный словарь И.П. Павловым, связано с активной реакцией животного на каждое изменение обстановки, которое

проявляется через общее оживление и ряд избирательных реакций. Павлов образно называл эту реакцию рефлексом «что такое?». Ориентировочные реакции имеют вполне понятный биологический смысл и выражаются в ряде отчетливых электрофизиологических, сосудистых и двигательных реакций: поворот глаз и головы в сторону нового объекта, изменение кожно-гальванической реакции, изменение сосудистых реакций, изменения дыхания, возникновение явлений десинхронизации в биоэлектрических реакциях мозга.

Ориентировочный рефлекс обнаруживает ряд признаков, существенно отличающих его от обычных безусловных рефлексов. При неоднократном повторении одного и того же раздражителя ориентировочная реакция угасает. Организм привыкает к этому раздражителю. Такое привыкание является очень важным механизмом в развитии когнитивной активности ребенка. При этом достаточно лишь незначительного изменения стимула, чтобы ориентировочная реакция появилась снова. Причем к пробуждению приводит не только усиление стимуляции (например, громкости звука), но и ее ослабление. Так, если вы вдруг понизите голос, это привлечет внимание к вашей речи так же, как если бы вы его повысили.

1.5 Исследования внимания в когнитивной психологии

Многие современные модели внимания основываются на экспериментальных исследованиях с использованием методического приема, который носит романтическое название «вечеринка с коктейлем». Действительно, вы не можете обойтись без напряжения вашего внимания, когда, находясь в большой комнате, где все громко разговаривают, смеются или даже поют, вы должны слушать собеседника. Эту ситуацию можно смоделировать в экспериментальных условиях, если надеть на испытуемого наушники и подавать на правое ухо одно сообщение, а на левое – другое. Характеристики подаваемых сообщений можно менять. После передачи сообщений испытуемых просят воспроизвести то, что они слышали.

В 1958 г. была опубликована книга Д. Бродбента «Восприятие и коммуникация», где он сравнивал функционирование внимания с работой электромеханического фильтра, осуществляющего отбор (селекцию) информации и предохраняющего канал передачи информации от перегрузки. Термин прижился в когнитивной психологии и породил значительное число моделей внимания. Все модели такого рода можно условно разделить на модели ранней и поздней селекции. Были предложены и различные компромиссные варианты. Модели ранней селекции (к ним, прежде всего, относится ранняя модель Бродбента) предполагают, что информация отбирается на основе сенсорных признаков фильтром, работающим по принципу «все или ничего». Модели поздней селекции (наиболее известной является модель Д. Навона) предполагают, что вся поступающая информация параллельно обрабатывается и опознается, после чего отобранная информация сохраняется в памяти, а не отобранная – очень быстро забывается.

Компромиссная модификация модели ранней селекции была предложена Э. Трейсмэн. Согласно этой модели на ранних этапах информация фильтруется на основе физических признаков, но она не отбрасывается, а лишь «затеняется», ослабляется, а затем на поздних этапах переработки подвергается еще одной селекции по смысловым признакам (Величковский Б.М., 1982; Дормышев Ю.Б., Романов В.Я., 1995).

Как альтернативные моделям селекции были предложены модели У. Найссера (Найссер У., 1981) и Дж. Хохберга. Внимание в этих моделях понимается как активное предвосхищение результатов восприятия, ведущее к синтезу сенсорных данных на основе внутренних схем. Найссер разделяет все познавательные процессы на два уровня: грубые, быстрые параллельные процессы предвнимательной обработки и детальные, медленные последовательные процессы фокального внимания. Он подчеркивает циклический, разворачивающийся во времени характер познавательной активности.

Избирательность – один из аспектов восприятия, обеспечиваемый предвосхищением необходимой информации и непрерывной настройкой перцептивной схемы.

Непредвосхищенная информация также может быть воспринята, но при соблюдении некоторых условий. Во-первых, некоторые стимулы (например, громкие звуки или яркие вспышки) автоматически запускают ориентировочные реакции, дающие начало новым перцептивным циклам. Информация такого рода «навязывает» себя воспринимающему. О таком снятии информации можно сказать, что оно осуществлено на стадии «предвнимания» с тем, чтобы отличить ее от стадии истинного внимания. Второй тип снятия информации на стадии предвнимания происходит скорее как следствие индивидуального опыта, чем в силу врожденной способности. Может случиться так, что человек является более или менее готовым к восприятию некоторых видов информации, которая при своем появлении запускает ориентировочные реакции. Здесь речь идет об индивидуально значимых стимулах, связанных с личными именами, с профессионально значимой информацией и т.д. Информация, получаемая «до внимания», более скудна и фрагментарна, смысл ее лишь в том, что она запускает перцептивный цикл (Величковский Б.М., 1982; Дормышев Ю.Б., Романов В.Я., 1995).

В 1973 году Д. Канеман опубликовал монографию, в которой изложил трактовку внимания как умственного усилия. Это послужило исходной точкой для моделей внимания «второго поколения». Наиболее существенной идеей всех теорий такого рода является понятие «ресурс». По мнению Канемана, количество ресурсов, лимитирующих умственные усилия в каждый момент времени, – величина постоянная, хотя она и может изменяться в ограниченных пределах под влиянием активации. Умственное усилие, которое равнозначно акту внимания, определяется не столько желаниями или сознательными интенциями субъекта, сколько сложностью задачи. По мере роста сложности задачи происходит некоторый рост активации, а также увеличивается количество ресурсов внимания, выделяемых на решение задачи. Но количество выделяемых ресурсов постепенно отстает от растущей сложности задачи, что приводит к возникновению ошибок.

Экспериментально свою теорию внимания как умственного усилия Канеман подтверждает на материале исследований одновременного выполнения двух деятельностей. В таких экспериментах оценку результатов при одновременном выполнении двух задач сравнивают с продуктивностью, которая достигается в условии их раздельного выполнения. Были выявлены следующие закономерности: степень интерференции (отрицательного влияния решения одной задачи на другую) тем больше, чем больше сложность задач и чем они более сходны друг с другом. Можно предположить, что интерферирующие задачи соревнуются за общую мощность. Канеман полагает, что существует единый ресурс внимания для любых задач, и интерферируют не только задачи, заданные в одной модальности или аналогичные, по сути, но и такие совершенно различные деятельности, как ходьба и счет в уме.

1.6 Внимание как активность личности

С.Л. Рубинштейн, развивая свою концепцию психической деятельности, полагал, что внимание не имеет собственного содержания. Оно – «сторона всех познавательных процессов сознания, и притом та их сторона, в которой они выступают как деятельность, направленная на объект» (Рубинштейн С.Л., 1999). По мнению Рубинштейна, *во внимании проявляется отношение личности к миру, субъекта к субъекту, сознания к предмету*. Он писал, что «за вниманием всегда стоят интересы и потребности, установки и направленность личности. Они вызывают изменение отношения к объекту. А изменение отношения к объекту выражается во внимании – в изменении образа этого объекта, его данности сознанию: он становится более ясным и отчетливым, как бы более выпуклым». Подчеркивая активность субъекта, которая проявляется во внимании, Рубинштейн

утверждал, что причины внимания лежат не только в субъекте, но и в объекте, а также то, что внимание теснейшим образом связано с деятельностью.

Взгляды, близкие к этим, высказывал Н.Н. Добрынин. Он посвятил всю свою жизнь исследованиям внимания, которое считал формой проявления активности личности. Добрынин полагал, что, описывая внимание, нужно говорить не о направленности сознания на предмет, а о направленности сознания на деятельность с предметом. В его концепции внимание определялось как направленность и сосредоточенность нашей психической деятельности. Под направленностью он понимал выбор деятельности и поддержание этого выбора. Под сосредоточенностью – углубление в данную деятельность и отстранение от всякой другой деятельности (Добрынин Н.Н., 1938).

Внимание как способ управления поведением и функция контроля. Л.С. Выготский рассматривал внимание через призму организации поведения, а его развитие связывал с «овладением» своим поведением, т.е. с возможностью произвольно управлять своими действиями. *Внимание описывалось как способ регулирования поведения.* Как и в остальных психических функциях, Выготский выделял во внимании линию натурального развития и линию культурного развития. Линию натурального развития он связывал с органическим процессом роста и созревания нервного аппарата. Линию культурного развития – с развитием социального взаимодействия и использованием опосредующих стимулов для создания возможности «овладения» самими процессами внимания.

Непроизвольная и произвольная формы внимания представлялись как две стадии развития этой функции в процессе онтогенеза. При этом непроизвольное внимание приравнивалось к непосредственному, а произвольное – к опосредствованному вниманию. На первом этапе внимание существует лишь как «натуральная», непроизвольная функция. Внимание ребенка привлекается внешними стимулами. Он реагирует на интенсивные раздражители, такие как громкий звук, яркий свет, а также на движение.

Однако уже с самых первых дней взрослые начинают управлять вниманием ребенка: они зовут его, потряхивают погремушкой, вкладывают в руку различные предметы. Далее взрослым достаточно лишь указать на предмет, чтобы ребенок обратил на него внимание. Затем ребенок сам начинает указывать на предмет, чтобы привлечь внимание взрослого. Привлекая внимание взрослого, он привлекает и свое собственное внимание и через это начинает управлять им. Выготский писал, что «...в начале развития произвольного внимания стоит указательный палец». В дальнейшем ребенку все меньше нужны внешние средства для управления своим вниманием и поведением. Они заменяются внутренними средствами управления и контроля (Выготский Л.С., 1983).

Идеи Выготского нашли свое продолжение и развитие в теории, разработанной в пятидесятые годы П.Я. Гальпериным. Однако, по сравнению с Выготским, он считал внимание лишь внутренним контролем за поведением и рассматривал его как идеальное, свернутое и автоматизированное действие (Гальперин П.Я., 1958). Внимание – это продукт развития внешней, предметной и развернутой деятельности контроля во внутреннюю форму. Средства и способы контроля субъект находит в окружающей действительности. В зависимости от специфики этого развития получают различные виды внимания. Непроизвольное внимание складывается стихийно. Маршрут и средства контроля диктуются объектом и текущими состояниями субъекта. Произвольное внимание формируется тогда и в той мере, в какой процесс его становится планомерным. Произвольное внимание – это результат обучения.

Теория Гальперина предполагала не просто рассмотрение внимания как процесса контроля за действиями, но и развитие этого контроля от сознательных к автоматизированным формам. Существование автоматизированной и неавтоматизированной форм обработки информации как автоматизированных и неавтоматизированных действий никем не подвергается сомнению. В реальной жизни мы постоянно выполняем несколько

одновременных действий: идем, смотрим, думаем и т.д. Такой опыт самонаблюдения, казалось бы, не согласуется с данными экспериментов, в которых показывается, насколько сложной является задача совмещения двух действий. Однако большинство совмещений становится возможным благодаря автоматизации или изменению уровня контроля. Похожие взгляды приобретают все большую популярность в современных западных концепциях внимания.

Внимание как результат организации деятельности. Следующий подход к психологическим исследованиям внимания в отечественной психологии связан с развитием идеи уровневой организации деятельности. Ю.Б. Гиппенрейтер, анализируя работы А.Н. Леонтьева, подчеркивала, что природа внимания может быть раскрыта только через анализ деятельности. Она считала, что нельзя приписывать вниманию самостоятельные свойства, что внимание есть феноменальное продуктивное проявление работы ведущего уровня организации деятельности. Данное определение распадается на два: во-первых, подчеркивается эффекторная природа внимания (внимание – лишь отражение в сознании внутренней работы по организации деятельности), во-вторых, указывается на то, что деятельность имеет несколько уровней организации (в большинстве своем неосознаваемых), и внимание связывается лишь с ведущим уровнем этой организации (Гиппенрейтер Ю.Б., 1983). Идея выделения различных уровней организации деятельности принадлежит Н. А. Бернштейну. Она находит все больше сторонников в современной психологии (Величковский Б.М., 1982). Наличие различных уровней реализации процессов внимания подтверждается в нейропсихологических исследованиях.

Вопросы для самопроверки и обсуждения

1. Какие точки зрения сложились в психологии в отношении статуса внимания как психического процесса?
2. В каких характеристиках психической деятельности проявляется активный характер внимания?
3. Чем произвольное внимание отличается от непроизвольного?
4. Какие характеристики произвольного и непроизвольного внимания включает слепопроизвольное внимание?
5. В каких видах профессиональной деятельности свойства внимания являются профессионально важными качествами?

Практические задания

Работа с ключевыми понятиями: внимание, доминанта, объём внимания, концентрация внимания, переключаемость внимания, распределение внимания, устойчивость внимания, виды внимания (непроизвольное, произвольное, слепопроизвольное), факторы, способствующие привлечению внимания.

Задание 1. Заполните таблицу «Характеристика видов внимания»

Виды внимания	Характеристика	Условия возникновения	Пример практического применения

Задание 2. Опишите ситуации, при которых происходит актуализация свойств внимания: устойчивость, концентрация, распределение, переключение.

Задание 3. Подготовьте рекомендации о том, как не привлекать и привлечь внимание.

Задание 4. Разработайте психологические воздействия или ситуации, позволяющие актуализировать свойства внимания (устойчивость, концентрацию, распределение, переключение).

Задание 5. Напишите множество профессий, предъявляющих повышенные требования к каждому из свойств внимания.

Задание 6. Определите, какие виды внимания проявляются в следующих ситуациях:

1. учитель географии, рассказывая о крупных реках Беларуси, показывает их на карте;
2. первоклассники получают задание: рассмотреть картинку и перечислить те изображенные на ней предметы, название которых начинается на букву «К»;
3. перед объяснением нового материала преподаватель предупреждает студентов о том, что тема очень сложная;
4. редактор поручает корректору срочно проверить ошибки в напечатанной статье.

Задание 7. Подготовьте психолого-педагогические рекомендации учителям и родителям по работе с детьми, у которых выявлены такие особенности внимания: низкая устойчивость; плохая переключаемость; плохое распределение; слабая концентрация.

Задание 8. Объясните, почему привлекается внимание в подобных ситуациях:

1. водитель за рулем обращает внимание на знаки дорожного движения, а пассажир – нет;
2. человек, отдыхающий на скамейке в тихом парке, обращает внимание на неожиданно раздавшийся громкий звук;
3. выпускник школы акцентирует внимание на рекламе «Куда пойти учиться»;
4. ребенок, получив в подарок новую игрушку, внимательно рассматривает ее, изучает, как она работает.

Самостоятельная работа

Темы рефератов

1. Индивидуальные и возрастные особенности внимания школьников.
2. Физиологические основы процессов внимания и памяти.
3. Причины нарушений внимания и памяти школьников.
4. Факторы, определяющие развитие человеческой памяти.
5. Мнемонические приемы запоминания и их характеристика.
6. Роль и значение памяти в жизни человека.
7. Роль и значение внимания в жизни человека.

Рекомендуемая литература

1. Психология: учеб. для гуманит. вузов / под ред. В.Н. Дружинина. – 2-е изд. – СПб.: Питер, 2009. – 656 с.
2. Козубовский, В.М. Общая психология: познавательные процессы: Учебное пособие / В.М. Козубовский. – Мн., 2004. – 368 с.
3. Нуркова, В.В. Психология: учебник / В.В. Нуркова, Н.Б. Березанская. – М.: Юрайт-Изд, 2007. – 484 с.

ВООБРАЖЕНИЕ

1.1 Понятие «воображение»

Наряду с восприятием, памятью и мышлением важную роль в деятельности человека играет воображение. Наряду с восприятием того, что действует на него в данный момент, или зрительным представлением того, что воздействовало на него раньше, человек создает новые образы. Исследование развития воображения в процессе когнитивной деятельности объясняет, как в процессе целенаправленной активности личности происходит преобразование объективного мира в практическом плане, каковы механизмы психической регуляции деятельности, ее влияния на развитие возможностей человека и развитие воображения в том числе.

В психологической литературе воображение и его развитие рассматривается в контекстах творческого подхода как фактора развития личности (В.В. Богословский, В.А. Брушлинский, Н.С. Шабалин и др.); творческой природы познания (А.Я. Дудецкий, Н.С. Коршунова, А.И. Розов и др.); сущностных черт деятельности (Л.С. Выготский, Р.Г. Натадзе, В.Д. Шадриков и др.); определения способов творческой деятельности и развития возможностей, определенных качеств творческой личности (В.Г. Леонтьев, А.Я. Дудецкий, В.Г. Разумовский и др.)

Воображение – это психический процесс создания образа предмета или ситуации путем перестройки имеющихся представлений, в котором своеобразно и неповторимо отражается внешний мир, позволяющий программировать не только будущее поведение, но и представлять возможные условия его осуществления. Воображение – это психический процесс создания нового в форме образа, представления или идеи.

Физиологическую основу воображения составляет образование новых сочетаний из тех временных связей, которые уже сформировались в прошлом опыте. При этом простая актуализация уже имеющихся временных связей еще не ведет к созданию нового. Создание нового предполагает такое сочетание, которое образуется из временных связей, ранее не вступавших в сочетание друг с другом. При этом, важное значение имеет вторая сигнальная система, слово. Все наглядные образы неразрывно связаны с ним. Как правило, слово служит источником появления образов воображения, контролирует путь становления их, является средством их удержания, закрепления, изменения.

Благодаря воображению человек творит, разумно планирует свою деятельность и управляет ею. Почти вся человеческая материальная и духовная культура является продуктом воображения и творчества людей. Воображение выводит человека за пределы его сиюминутного существования, напоминает ему о прошлом, открывает будущее. Обладая богатым воображением, человек может жить в разном времени, что не может себе позволить никакое другое живое существо в мире. Прошлое зафиксировано в образах памяти, произвольно воскрешаемых усилием воли, будущее представлено в мечтах и фантазиях.

Воображение является основой наглядно-образного мышления, позволяющего человеку ориентироваться в ситуации и решать задачи без непосредственного вмешательства практических действий. Оно во многом помогает ему в тех случаях жизни, когда практические действия или невозможны или затруднены, или просто нецелесообразны (нежелательны). От восприятия воображение отличается тем, что его образы не всегда соответствуют реальности. В них есть элементы фантазии, вымысла.

1.2 Функции воображения

В жизни человека воображение выполняет ряд специфических функций, первая из них состоит в том, чтобы **представлять действительность** в образах и иметь возможность пользоваться ими, решая задачи. Эта функция связана с мышлением и органически

в него включена. Вторая функция воображения состоит в **регулировании эмоциональных состояний**. При помощи своего воображения человек способен хотя бы отчасти удовлетворять многие потребности, снимать порождаемую ими напряженность. Третья функция воображения связана с его участием в **произвольной регуляции познавательных процессов** и состояний человека, в частности восприятия, внимания, памяти, речи, эмоций. С помощью искусно вызываемых образов человек может обращать внимание на нужные события. Посредством образов он получает возможность управлять восприятием, воспоминаниями, высказываниями. Четвертая функция воображения состоит в **формировании внутреннего плана действий** – способности выполнять их в уме, манипулируя образами. Пятая функция – это **планирование и программирование деятельности**, составление программ, оценка их правильности, процесса реализации.

Подчеркивая различие между представлением и воображением, И.С. Якиманская подчеркивает, что если представление есть результат «представливания» с опорой на восприятие, то воображение есть сложная деятельность «представливания», осуществляемая с максимальным отвлечением от исходной основы, путем разноплановых и многократных преобразований имеющихся представлений.

Также представления, по утверждению В.Д. Шадрикова, можно подразделять на единичные (представления конкретных предметов или явлений действительности), общие (представления об общих чертах группы предметов или явлений действительности) и схематизированные (отражение предметов или явлений в виде условных графических изображений). Одним из важных видов выступают пространственные представления как отражения формы и размещения объектов (при этом сами объекты представляются весьма неопределенно). На основании содержания деятельности, в которой они участвуют, выделяют художественные, математические, технические, графические и прочие виды представлений.

На основании структуры образов, Ж. Пиаже выделил следующую их классификацию: репродуктивные (отражающие уже известные предметы и события), подразделяющиеся в свою очередь на статические (отражающие неподвижные предметы), кинестетические (отражающие те или иные формы движения) и преобразующие (отражающие уже известные преобразования объектов); антиципирующие (воспроизводящие новые события или предметы), включающие кинестетические и преобразующие (отражающий как конечный результат преобразований, так и все этапы трансформации образа). Таким образом, данное понятие характеризует не только готовые образы, но и процесс их формирования. В первом случае, оно выступает в узком смысле, а во втором – в широком. Представление является третьим уровнем развития чувственного познания: отражение части предмета или явления (ощущения) переходит к стадии отражения предметов или явлений в целом (восприятие). Абстрагирование от предмета или явления и оперирование чувственными образами в сознании (представление) является основой перехода от чувственного познания к логическому.

1.3 Виды воображения

Воображение может быть четырех основных видов: активное, пассивное, продуктивное, репродуктивное.

Активное воображение характеризуется тем, что, пользуясь им, человек по собственному желанию вызывает у себя соответствующие образы.

Пассивное воображение возникает спонтанно, помимо воли и желания человека. Пассивное воображение подчинено внутренним, субъективным факторам. Пассивное воображение подчинено желаниям, которые мыслятся в процессе фантазирования осуществленными. В образах пассивного воображения «удовлетворяются» неудовлетворенные, большей частью неосознанные потребности личности. Образы и представления

пассивного воображения направлены на усиление и сохранение положительно окрашенных эмоций и на вытеснение, редукцию отрицательных эмоций и аффектов.

Продуктивное воображение отличается тем, что в нем действительность сознательно контролируется человеком, а не просто механически копируется или воссоздается. Но при этом, в образе она все же творчески преобразуется.

Репродуктивное воображение – ставится задача воспроизвести реальность в том виде, какова она есть, и хотя здесь также присутствуют элементы фантазии, такое воображение больше напоминает восприятие или память, чем творчество.

В психологии так же различают **произвольное** и **непроизвольное** воображение. Первое проявляется, например, в ходе целенаправленного решения научных, технических и художественных проблем при наличии осознанной и отрефлексированной поисковой доминанты, второе – в сновидениях, так называемых измененных состояниях сознания.

Также есть и другие виды воображения.

Сновидения можно отнести к разряду пассивных, непроизвольных форм воображения. Известно, что 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 почти не какой связи с окружающей человека действительностью. Обычно они результат тех или иных нарушений психики или работы организма, сопровождают многие болезненные состояния.

Если воображение рисует сознанию такие картины, которым ничего или мало что соответствует в действительности, то оно носит название **фантазии**.

Грезы, в отличие от галлюцинаций, это вполне нормальное психическое состояние, представляющее собой фантазию, связанную с желанием, чаще всего несколько идеализируемым будущим.

Особую форму воображения образует **мечта**. Мечта от грез отличается тем, что она несколько более реалистична и в большей степени связана с действительностью, т.е. в принципе осуществима. Она обращена к сфере более или менее отдаленного будущего и не предполагает немедленного достижения реального результата, а также его полного совпадения с образом желаемого. Вместе с тем мечта может стать сильным мотивирующим фактором творческого поиска.

1.4 Воображение и органические процессы

Воображение представляет собой одно из субъективно самых ярких психических явлений, где качество психического как идеального проявляется наиболее отчетливо. У людей с достаточно развитой фантазией в результате сильно развитого воображения могут изменяться органические процессы, например, появляются признаки, которые обычно сопровождают те или иные эмоции (учащение пульса, сбой в дыхании, повышение кровяного давления, выделение пота). Они имеют место тогда, когда человек представляет себе какую-либо ситуацию, например несущую в себе угрозу для него. Неумная фантазия у особенно чувствительных, эмоционально неуравновешенных людей может даже вызывать некоторые виды заболеваний, в том числе и такие серьезные как сердечно-сосудистые и желудочно-кишечные.

Физиологические реакции на психологические состояния, связанные с воображением, следует рассматривать как вполне нормальное явление. Они способствуют преднастройке организма на предстоящую деятельность и тем самым облегчают ее. Теми или иными, осознаваемыми или неосознаваемыми органическими изменениями сопровождаются практически почти все связанные с фантазией образы.

Широко известно явление, которое получило название *идеомоторный акт*. Суть его состоит в том, что отчетливое представление о каком либо движении вызывает у человека само это движение, которое, как правило, не контролируется ни органами чувств, ни сознанием, т.е. переход представления о движении мышц в реальное выполнение этого движения, иначе говоря, появление нервных импульсов, обеспечивающих движение, как только возникает представление о нём. Идеомоторные акты являются произвольными, неосознаваемыми, и имеют слабо выраженные пространственные характеристики. Если, например, попросить человека подержать на вытянутой руке на весу нитку с грузом и представить себе, как этот груз вращается, то через некоторое время можно заметить, что он и на самом деле начнет описывать круги, совершать вращательные движения.

Особый психологический процесс вызывает связь сновидений с органическими состояниями. Наш, мозг, как показывают, исследования, продолжает работать и во время сна, вовлекая в свою деятельность практически все органические структуры, связанные с психологическими процессами, восприятием, вниманием, памятью, мышлением и речью. Но это обычно происходит на уровне подсознания, на фоне тормозного влияния, оказываемого ретикулярной формацией на кору головного мозга человека. Факт припоминания содержания сновидений с несомненностью говорит нам о том, что во сне активным образом работает память. Люди, которые спят, психологически не полностью изолированы от восприятия окружающей действительности и способны определенным образом реагировать на нее. Во сне отчасти сохраняется избирательность реакций. Родители, например, особенно мать, весьма чувствительно реагируют на движения своего ребенка, и моментально просыпается, услышав их. Во сне человек даже может принимать определенные решения, формировать планы, которые затем нередко реализуются наяву.

Один из первых психологов, изучавших эти процессы, Т. Рибо выделил две основные операции: *диссоциацию и ассоциацию*.

Диссоциация – подготовительная операция, в ходе которой раздробляется чувственно данный опыт. В результате такой предварительной обработки опыта элементы его способны входить в новое сочетание. Диссоциация – первый этап творческого воображения, этап подготовки материала. Невозможность диссоциации – существенное препятствие для творческого воображения.

Ассоциация – создание целостного образа из элементов вычлененных единиц образов. Ассоциация дает начало новым сочетаниям, новым образам.

Синтез, реализуемый в процессах воображения, осуществляется в различных формах:

агглютинация – «склеивание» различных в повседневной жизни несоединимых качеств, частей;

схематизация – отдельные представления сливаются, различия сглаживаются, а черты сходства выступают четко;

типизация – выделение существенного, повторяющегося в однородных образах;

заострение – подчеркивание каких-либо отдельных признаков;

гиперболизация – увеличение или уменьшение предмета, а также изменение отдельных частей, которое приводит к качественно новым свойствам.

Итак, воображение следует рассматривать как отражательную и преобразовательную деятельность, включающую в сферу своего преобразования все то богатство знаний и впечатлений, которые приобретает человек, и которые составляют его психологический опыт. На природу и классификацию воображения нет соответствующей общепринятой точки зрения.

Можно выделить ряд сфер, в которых развивается и функционирует воображение на основе различного вида образов, в том числе – логических. Первая сфера развития и функционирования воображения связана с предметами окружающей действительности.

Ее можно назвать материальной или предметной (предметно-материальной). Воображение в сфере предметов (вещей) определяется воздействием на сознание ребенка с момента рождения тех предметов и явлений, которые его окружают (вещи, природные явления). Вторая сфера развития и функционирования воображения связана с отношениями между людьми. Ее можно назвать социальной или точнее – социально-коммуникативной. Воображение в сфере отношений связано с развитием коммуникативных способностей. Третья сфера развития и функционирования воображения связана с сознанием личности. Ее можно назвать мыслительной или словесно-логической сферой или сферой идей. Таким образом, воображение может быть представлено в трех сферах развития и функционирования: предметно-материальной, социально-коммуникативной, мыслительной.

Воображение – когнитивный процесс и психическая деятельность, заключающаяся в творческом отражении и преобразовании в субъективно-новые сочетания перцептивных элементов эмоционально-чувственного и абстрактно-логического опыта индивида в процессе освоения им окружающего мира.

Вопросы для самопроверки и обсуждения

1. Определение и виды воображения.
2. Функции воображения.
3. Воображение и индивидуальное творчество.
4. Развитие воображения.
5. Почему воображение детей является более живым, но менее богатым, чем воображение взрослых?
6. Какие познавательные психические процессы поставляют «материал» для работы воображения, а какие изменяют его направленность и содержание?
7. Как вы понимаете замещающую функцию воображения?
8. Какие характеристики воображения связаны с продуктивностью творческой деятельности?

Практические задания

Работа с ключевыми понятиями: агглютинация, воображение, воображение активное, воображение воссоздающее, воображение пассивное, воображение творческое, гиперболизация (или акцентирование), заострение, схематизация, виды воображения (активное, пассивное; репродуктивное, творческое), сновидения, галлюцинации, грёзы, мечта, способы создания новых образов.

Задание 1. Приведите примеры, иллюстрирующие разные функции воображения: целеполагание, планирование создание предметов материальной и духовной культуры, психической саморегуляции, саморегуляции физиологических процессов, общения, межличностного понимания, усвоения учебных предметов.

Задание 2. Из предложенных ситуаций выделите те, в которых актуализируется воображение:

- ученик пишет сочинение на тему «Кем я хочу быть»;
- спортсмен тренируется в ходьбе на лыжах;
- ученик мечтает получить пятерку по химии;
- писатель представляет себе образ будущего героя;
- бабушка вяжет свитер и смотрит телевизор.

Задание 3. Подберите по три примера на каждый из приемов воображения.

Задание 4. Выберите правильный ответ из предложенных вариантов.

1. Воображение - познавательный процесс...

а) связанный с мышлением; б) мотивированный потребностями личности; в) имеющий эмоциональную окраску; г) оперирующий образами реальной действительности; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

2. Воображение выражается в...

а) построении опережающих образов-представлений; б) организации системы понятий; в) воспроизведении представлений ранее воспринятых предметов и явлений; г) классификации представлений; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

3. Фантазия осуществляется как...

а) оперирование понятиями, приводящими к новому выводу; б) преобразование конкретных образов, создание новых образов; в) возобновление образов, приближающее к точной копии ранее воспринятой ситуации; г) обобщение образов и представлений; д) связь с другими наклонностями; е) все ответы верны; ж) все ответы неверны.

4. Воображение - это...

а) создание новых чувственных образов; б) создание новых мыслительных образов; в) преобразование образов; г) трансформация имеющихся представлений в новые; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

5. Создание нового образа - это...

а) отлет от действительности; б) творчество; в) стремление к преобразованию действительности; г) подлежащая воплощению идея; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

6. В художественном восприятии функционирует механизм эмпатического взаимодействия, называемый...

а) заражением; б) идентификацией; в) проекцией; г) интроекцией; д) все ответы верны; е) все ответы неверны.

Самостоятельная работа

Темы для рефератов

- 1 Концепция Д. Дьюи.
- 2 Основа развития воображения в гештальтпсихологии.
- 3 З.Фрейд о взаимосвязи творческих процессов и ранних переживаний детства.
- 4 Воображение и временная стадия искаженного отражения реальности у Ж. Пиаже.
- 5 Исследование воображения в трудах отечественных ученых.

Рекомендуемая литература

1. Психология: учеб. для гуманит. вузов / под ред. В.Н. Дружинина. – 2-е изд. – СПб.: Питер, 2009. – 656 с.
2. Ерчак, Н.Т. Общая психология. Тестовые задания / Н.Т. Ерчак. – Минск: Новое знание, 2005. – 272 с.
3. Рогов, Е.И. Общая психология: курс лекций для первой ступени педагогического образования / Е.И. Рогов. – М.: Владос, 1995. – 448 с.
4. Петухов, В.В. Психология мышления: учебно-методическое пособие / В.В. Петухов. М.: Изд-во МГУ, 1987. – 87 с.
5. Розет, И.М. Психология фантазии. Экспериментально-теоретическое исследование внутренних закономерностей продуктивной умственной деятельности / И.М. Розет. – Минск: Изд-во Университетское, 1977. – 342 с.
6. Нуркова, В.В. Психология: учебник / В.В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – М.: Юрайт-Изд, 2007. – 484 с.

МЫШЛЕНИЕ И ИНТЕЛЛЕКТ

1.1 Соотношение понятий «мышление» и «интеллект»

Мышление и интеллект – близкие по содержанию термины. Человек, наделенный интеллектом, способен к осуществлению процессов мышления. *Интеллект* – это способность к мышлению, а мышление – процесс реализации интеллекта.

Прежде всего, мышление рассматривается как вид познания, создание представлений внешнего мира, его моделей, или образов. Однако мышление – это не любое познание. Познанием является, например, и восприятие. Поэтому *мышление* определяется как опосредованное и обобщенное познание объективной реальности. Мышление является опосредованным в том смысле, что оно выходит за пределы непосредственно данного. По одному факту мы выводим заключение о другом. Мышление как познание, выходящее за пределы непосредственно данного, является могучим средством биологической адаптации. Именно благодаря интеллекту человек занял доминирующее положение и получил дополнительные средства для биологического выживания. Однако в то же время человеческий интеллект создал и колоссальные разрушительные силы.

Для мышления характерно:

- 1) обобщенное и опосредованное познание действительности;
- 2) связь с практической деятельностью и прошлым опытом;
- 3) связь с языком, речью;
- 4) Наличие проблемной ситуации, отсутствие готового ответа, создание нового знания.

Для большинства видов человеческой деятельности существует определенный минимум интеллекта, который обеспечивает возможность успешно заниматься этой деятельностью. Для некоторых видов деятельности (например, математика) этот минимум весьма высок, для других (например, работа курьера) – значительно ниже. Очень высокий уровень интеллекта (превышающий 155 баллов по тестам *IQ*) отрицательно сказывается на адаптации детей, обладающих им. Они опережают своих сверстников в умственном развитии более чем на 4 года и становятся чужими в своих коллективах.

1.2 Основные функции мышления

1. Понимание (предполагает включение новой информации в систему имеющегося знания; трудности понимания связаны с лексической, структурной, семантической, прагматической неоднозначностью языка).

2. Целеобразование (формирование будущего результата действий и принятие его как основы для практических и умственных действий).

3. Решение задач (мышление возникает, когда у субъекта нет готовых средств, способов действий для достижения цели).

4. Рефлексия (способность думать о своем мышлении, основа самоанализа, самосознания человека).

1.3 Виды мышления

Генетическая классификация видов мышления отражает генезис (этапы развития) мышления. Принято различать наглядно-действенный, наглядно-образный, словесно-логический уровни мышления.

Ручное или наглядно-действенное мышление (сенсомоторный интеллект по Ж.Пиаже). Согласно Пиаже, в развитии сенсомоторного интеллекта можно выделить шесть основных этапов.

Первый этап, занимающий примерно первый месяц жизни ребенка, характеризуется преобладанием врожденных, жестко заданных рефлексов.

На втором этапе (от одного месяца до четырех) ребенок в результате взаимодействия с окружающим его миром приобретает первые простые навыки. Происходит аккомодация (изменение) схем действия к новым предметам. Появляется также взаимная ассимиляция одного предмета разными схемами. Например, взаимная ассимиляция между схемами хватания и сосания заключается в том, что ребенок тянет в рот все, что он схватил, и хватает то, что попало ему в рот. На том же этапе, но несколько позднее происходит взаимная ассимиляция между схемами хватания и зрения. Вначале ребенок задерживает предметы, которые несет ко рту, если они попадают в поле его зрения. Затем он становится способным схватить предмет, который видит. Это происходит, однако, только в том случае, если в поле его зрения попадают и предмет, и рука. Наконец, к завершению этого этапа развития он старается смотреть на то, что он схватил, и стремится схватить все, что видит.

На третьем этапе (примерно 4–8 месяцев) ребенок начинает более активно изучать предметы внешнего мира. Столкнувшись с незнакомым предметом, он исследует его, применяя знакомые схемы: встряхивает, ударяет, царапает, раскачивает. Появляется также «двигательное опознание» предметов. Заметив знакомый предмет, ребенок прodelывает как бы эскиз движений, которые ранее применял к нему.

На этом третьем этапе ребенок еще не способен использовать одно действие в качестве средства совершения другого. Эта способность возникает на четвертом этапе, к концу первого года жизни. Ребенок, к примеру, начинает отстранять руку, препятствующую ему взять предмет. На этом же этапе возникает предвосхищение событий. Так, один из детей Пиаже плачет, предвосхищая разлуку, когда отец встает со стула.

Для пятого этапа (примерно 12–18 месяцев) наиболее характерным когнитивным новообразованием является «открытие новых средств достижения цели путем активного экспериментирования». Это означает, что для достижения какой-либо цели ребенок активно экспериментирует, чтобы обнаружить подходящее средство.

На шестом этапе (18–24 месяца) ребенок становится способен к «инсайту», т.е. внезапному, внутреннему, без внешнего экспериментирования, открытию новых средств достижения цели. Например, ребенок, не видевший до полутора лет палок, может сразу же понять, как с ними обращаться в качестве орудий.

Дальнейший путь развития интеллекта заключается в его переходе в *символический* план, связанный с оперированием символами, в первую очередь, словами. До недавнего времени считалось, что символическим интеллектом обладает только человек. Попытки обучить высших животных человеческой речи не приводили к успеху. Тем не менее в 1980-х гг. американцам супругам Гарднерам удалось обучить шимпанзе языку глухонемых. Выяснилось, что трудности предыдущих попыток были связаны не столько с интеллектуальными возможностями животных, сколько с ограничениями их артикуляторного аппарата или фонематического слуха. На языке глухонемых обезьяны оказались способными к достаточно сложным высказываниям: они не только употребляли однословные предложения, но и конструировали фразы из нескольких слов. Некоторые обезьяны употребляли слова даже в переносном смысле, например, слово «грязный» для человека, не выполняющего их желания. Однако по уровню развития речи шимпанзе даже при специальном обучении не превосходит 3-5-летнего ребенка.

Символический интеллект стал основой развития человеческой культуры. Благодаря ему огромного совершенства достигло и практическое действие. С помощью символического интеллекта осуществляется подготовительный этап сложных человеческих действий: готовятся проекты зданий, инженерных сооружений, ракет и самолетов, исследуются законы природы, на основании которых создается техника.

Еще одна классификация мышления отражена в таблице 2.

Таблица 2 – Классификация видов мышления

Вид мышления	Его особенность
Теоретическое	Мышление на основе теоретических рассуждений и умозаключений, это познание законов и правил
Практическое	Мышление на основе суждений и умозаключений, основанных на решении практических задач. Основная задача практического мышления – разработка средств практического преобразования действительности
Дискурсивное (аналитическое)	Мышление, опосредованное логикой рассуждений, а не восприятия. Аналитическое мышление развернуто во времени, имеет четко выраженные этапы, представлено в сознании самого мыслящего человека
Интуитивное	Мышление на основе непосредственных чувственных восприятий и непосредственного отражения воздействий предметов и явлений объективного мира. Интуитивное мышление характеризуется быстротой протекания, отсутствием четко выраженных этапов, является минимально осознанным
Репродуктивное	Мышление на основе образов и представлений, почерпнутых из каких-то определенных источников
Продуктивное	Мышление на основе творческого воображения, создание новых образов, понятий, знаний

Мышление и логика

Мышление исследует не одна лишь психология. Им также занимаются логика и теория познания. В чем различие предметов этих наук? Психология занимается *процессом* мышления, а логика и теория познания – его продуктом.

Пиаже систематизировал огромный материал по развитию интеллекта ребенка при помощи *теории стадий*.

Согласно представлениям швейцарского психолога *Жана Пиаже*, существует четыре стадии развития мышления (таблица 3). Как уже говорилось выше, от рождения до 2 лет, по мнению Пиаже, у ребенка развивается сенсомоторный интеллект. С двух лет ребенок уже способен к символическому мышлению.

Таблица 3 – Стадии развития мышления по Пиаже

Стадия	Возраст	Содержание стадии развития мышления
Стадия сенсомоторного интеллекта	1–2 года	Развитие способности воспринимать и познавать предметы реального мира. К концу этой стадии ребенок становится субъектом – выделяет себя из окружающего мира
Стадия операционального мышления	2–7 лет	Развивается речь, активизируется процесс интериоризации внешних действий. Развитие эгоцентризма мышления (трудность принятия позиций других людей)

Стадия конкретных операций	От 7–8 до 11–12 лет	Возможность давать логические объяснения своим действиям, переходить с одной точки зрения на другую. Понимание двух важных логических формул: если $A = B$ и $B = C$, то и $A = C$ и $A + B = B + A$. Способность объединять предметы в классы
Стадия формальных операций	От 12–15 и далее	Способность выполнять операции в уме с использованием логических рассуждений и абстрактных понятий

Этот период назван Пиаже *стадией дооперационального интеллекта*. На этой стадии наблюдается множество феноменов. С 7–8 до 11–12 лет эти феномены исчезают. Эта стадия называется *стадией конкретных операций*. Но лишь на *стадии формальных операций* с 11–12 до 15 лет, завершающейся окончательным становлением интеллекта, подросток приобретает способность к осуществлению дедуктивного рассуждения и некоторым другим сложным функциям мышления. Открытие структурного анализа и разработка методов сбора эмпирического материала составляют непреходящую заслугу Пиаже. В то же время теория стадий и теория группировки операций в настоящее время подвергнуты сильной критике.

К сферам мысли, оперирующим непрерывными величинами, относятся исследованные Пиаже представления о пространстве и времени. Пиаже выделил три рода *пространственных отношений*: топологические, проективные и эвклидовы.

Топологические отношения относятся к расположенным рядом элементам, осваиваются ребенком раньше других и основываются на группировке операций по сборке-разборке предметов. Проективные и эвклидовы отношения, напротив, связывают элементы на расстоянии и располагают их в упорядоченном пространстве; в случае проективных отношений упорядочивающим фактором является координация точек зрения, проективная прямая, в случае эвклидовых – система координат. Пиаже полагал, что проективные отношения основываются на группировке операций, связанных с маскировкой невидимых частей объекта при смене точки зрения на него. В случае эвклидовых отношений группируются операции перемещения объектов.

Затем следует фаза «интеллектуального реализма», когда топологические отношения уже соблюдаются, но ребенок еще не координирует разные точки зрения на предмет (проективные отношения) и рисует объект не так, как он выглядел бы с какой-то определенной точки зрения, а так, как этот объект ему известен. Для этой фазы характерен рисунок, на котором разные части предмета представлены в разных ракурсах, «рентгеновские рисунки» и т.д. Наконец, с овладением проективными и эвклидовыми отношениями ребенок вступает в фазу «зрительного реализма».

С 7–8 и до 11–12 лет формирование понятий, о которых говорилось выше, в основном завершается, и описанные феномены у детей исчезают. Однако развитие интеллекта на этом не останавливается. У подростков, согласно Пиаже, должен еще сформироваться так называемый формальный интеллект. Формальный интеллект представляет собой интеллект второго уровня, операции над операциями. Он включает способность к рефлексивному и гипотетико-дедуктивному мышлению, комбинаторике и т. д.

Пиаже, безусловно, удалось добиться впечатляющих результатов. К 1960-м гг. его теория стала доминирующей в области психологии развития интеллекта. Но оборотной стороной повсеместного признания стала усиливающаяся критика (Ушаков Д.В., 1995). В 1970-х и 1980-х гг. было обнаружено столько эмпирических проблем, что теория

стадий и теория групп были отвергнуты большинством исследователей. К сожалению, в настоящее время не создано синтетической теории, которая могла бы адекватно объяснить все факты.

1.4 Формы мышления

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

Понятие – мысль, в которой отражаются общие, существенные признаки предметов и явлений

Например, в понятие «человек» входят такие существенные признаки, как трудовая деятельность, прямохождение, членораздельная речь и т.д. Отличие понятия от представления состоит в том, что представление – это всегда образ, а понятие – это мысль, выраженная в слове. Кроме того, представление включает в себя как существенные, так и несущественные признаки, а понятие – только существенные. (Образ автомобиля у разных людей может отличаться – кто представит себе КамАЗ, кто «Жигули», а для кого-то автомобиль – это «Мерседес».) А понятие «автомобиль» более однозначно – это «безрельсовый вид транспорта с двигателем внутреннего сгорания, имеющий более трех колес».

Содержание понятий раскрывается в *суждениях*.

Суждение – есть отражение связей между предметами и явлениями или между их свойствами и признаками.

Так, суждение «Предприниматель – это активный, предприимчивый человек, желающий улучшить свое благосостояние путем экономической деятельности» отражает связь между психологическими свойствами предпринимателя и способом его действий.

Суждения могут быть разных видов: по степени соответствия объективной истине (истинное, ложное), по степени охвата предметов или явлений (общие, единичные, частные).

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*.

Умозаключение – такая связь между понятиями или суждениями, в результате которой из одного или нескольких суждений мы получаем новое суждение

Известны три основных вида умозаключения:

– индуктивное; – дедуктивное; – по аналогии.

Индуктивным называется такое умозаключение, в котором рассуждение идет от единичных фактов к общему выводу.

Дедуктивным называется такое умозаключение, в котором рассуждение осуществляется в обратном порядке 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.

Мышления включает в себя несколько **операций**: сравнение, анализ, синтез, абстрагирование, обобщение, конкретизация. Их сущность отражена в таблице 4.

Таблица 4 – Операции мышления

Мыслительная операция	Содержание операции
Сравнение	Вскрытие сходства и различия между вещами. Результатом сравнения является классификация. Например, менеджер по персоналу сравнивает личностные качества претендентов на вакантную должность (по их аккуратности, исполнительности, энергичности, компетентности и т. д.)
Анализ	Мысленное расчленение объекта на составляющие его элементы с последующим их сравнением. Например, психолог проводит анализ личностных качеств своего клиента на основании результатов теста Кеттела
Синтез	Объединение отдельных компонентов в целое. Обычно соседствует с анализом. Продолжая предыдущий пример, представим себе, как психолог, после анализа нескольких тестов, строит обобщенный психологический портрет человека
Абстрагирование	Выделение одной стороны предмета или явления, которая в реальности как отдельная не существует. В результате абстракции формируются понятия. В качестве примера можно взять понятие «надежности» как низкой вероятности поломки какой-нибудь разновидности бытовых приборов
Обобщение	Выделение общих существенных свойств в сравниваемых объектах. Например, произведя анализ продаж отдельных сортов хлеба, хозяин пекарни приходит к выводу, что наилучшим спросом пользуются сдобные булочки, независимо от их размеров и начинок
Конкретизация	Операция, обратная обобщению, выделение у предмета или явления характерных именно для него черт, не связанных с чертами, общими для класса предмета или явления. Например, хозяин мини-пекарни, выяснив повышенный спрос на сдобные булочки, решает выпекать их новый вид – с кунжутом и клубничной начинкой

1.5 Процесс мышления

Как говорилось выше, мышление предполагает создание модели проблемной ситуации и вывод внутри этой модели. Модель создается не на пустом месте, а из «строительных элементов», различных структур репрезентации знаний, находящихся в долговременной памяти. Из этих элементов в поле внимания создается модель, относящаяся только к данной задаче. Мышление, таким образом, – процесс комплексный, в нем задействованы многочисленные психические структуры и процессы.

Первая теория, описывающая процесс мышления, была предложена еще в XIX в. в рамках *ассоциативной психологии*. Ассоцианисты описывают мыслительный процесс примерно следующим образом. В поле сознания при получении субъектом задачи попадает одновременно условие задачи и цель, которой требуется достигнуть. Условие задачи и цель будут способствовать тому, что в поле сознания попадет такой средний элемент, который связан и с условием задачи, и с целью. Например, если нас спрашивают, смертен ли Сократ, то в нашем сознании появляется идея человека, которым является Сократ и который смертен. Проблемная ситуация понимается ими не как структура,

а только как сумма элементов: неважно, в каких отношениях находятся условие задачи и цель, важно лишь, что они присутствуют в сознании.

В современной *когнитивной психологии* обычно выделяются два этапа в процессе мышления: этап создания модели проблемной ситуации и этап оперирования с этой моделью, понимаемый как поиск в проблемном пространстве. Хотя это разделение достаточно условно, мы будем излагать материал в соответствии с этими этапами.

Модель проблемной ситуации возникает не на пустом месте: в ее создании участвуют структуры и схемы знания, находящиеся в долговременной памяти. Здесь происходят те же процессы поиска и извлечения знаний, что и рассматриваемые исследователями памяти. Разница, однако, заключается в том, что процесс мышления требует создания из известных элементов новой модели, тогда как память предполагает простое извлечение того, что было в нее заложено.

Что должна представлять собой создаваемая умственная модель? Рассмотрим две следующие задачи: «На ветке сидело шесть птиц, четыре улетели. Сколько осталось?» и «У Пети было шесть конфет, он съел четыре. Сколько осталось?». Хотя в двух случаях речь идет о совершенно разных объектах, задачи имеют идентичную структуру и для своего решения предполагают одинаковую умственную модель, из которой исключаются семантические подробности и сохраняется лишь «остов», включающий саму структуру, т.е. элементы и их отношения. У объектов обрубается их излишнее в контексте задачи семантические характеристики.

Как показывают факты, задачи, обладающие одинаковой структурой при разном содержании, неодинаково сложны для субъекта. Это означает, что структуры хранятся в долговременной памяти вместе с семантической информацией. Другими словами, объекты, о которых мы думаем, уже подталкивают нас к тому, чтобы поставить их в контекст той или иной структуры.

Психологически поиск в проблемном пространстве неотличим от предыдущего этапа – создания представления о задаче. Появление какого-либо хода среди рассматриваемых шахматистом при обдумывании есть результат установления отношений фигур, которые и составляют представление о ситуации. Для объяснения того, что происходит при размышлении шахматиста над ходом, можно воспользоваться термином С.Л. Рубинштейна «анализ через синтез»: выявление новых отношений фигур (анализ) происходит в результате переосмысления позиции и постановки новых целей (синтез).

Назовем этапы мыслительного процесса при решении задач:

1. Осознание противоречия (между целью и имеющимися средствами её достижения) и формулировка вопроса, проблемы.
2. Выдвижение гипотез, предположений и их проверка (с индивидуальной тактикой процесса).
3. Доказательства и опровержения (создание системы аргументов, контраргументов, диалог).

1.6 Мышление и творчество

Мышление тесно связано с открытием нового, с творчеством. Однако творчество не может быть отождествлено с мышлением. Мышление, как говорилось выше, – это один из видов познания. Творчество же возможно не только в познании. Наиболее ясный пример – творчество в искусстве. Основой искусства является создание прекрасного. Для этого часто требуется познание, но не оно составляет сущность прекрасного.

Различия между видами творчества станут еще более явными, если мы рассмотрим работу ученого или изобретателя. Многочисленные исследования, выполненные биографическим методом, позволили установить типичную последовательность *стадий*,

которую проходит процесс научного открытия. Наиболее известное описание стадий предложено Уолласом, хотя есть сходные классификации и у других авторов.

На первом этапе ученый предпринимает длительные и упорные попытки найти решение проблемы, как правило, без особого успеха. Затем следует пауза, период отдыха, после которого в голову может неожиданно прийти нужная идея. Таким образом, для того чтобы идея появилась, необходим определенный период «инкубации», когда человек ничего не предпринимает сознательно, но тем не менее помимо его сознания происходит какая-то скрытая работа, проявляющаяся затем в «озарении». На последнем этапе ученый разрабатывает идею и находит решение проблемы.

С чем связана активная роль бессознательного в процессах творчества? Свой ответ на этот вопрос предлагает теория крупного отечественного исследователя творческого мышления Я.А. Пономарева. Пономарев выделил два вида опыта (т. е. знаний, хранящихся в памяти субъекта): интуитивный и логический. Интуитивный опыт обладает весьма своеобразными свойствами. Он может быть назван бессознательным по двум причинам: во-первых, он образуется помимо воли субъекта и вне поля его внимания; во-вторых, он не может быть произвольно актуализирован субъектом и проявляется только в действии. Логический опыт, напротив, осознан и может быть применен при возникновении соответствующей задачи.

Почти общим местом у поэтов оказывается утверждение, что творчество происходит у них как бы само по себе, без их участия, под чью-то диктовку. Процесс поэтического творчества не удается произвольно вызвать, его результат не соответствует ожиданию. Этап озарения у ученых является мгновенным против достаточно длительных периодов вдохновения у поэтов. Озарение ученого направлено на заранее поставленную цель, тогда как у художника результат нередко уходит от цели. Наконец, подготовительный этап носит совершенно различный характер. Если у ученого он достаточно выражен и связан с сознательными попытками достижения цели, то у художника он, по-видимому, неотличим от суеты повседневной жизни. Собираение материала для поэмы является прообразом этой подготовительной работы, которая не служит достижению цели, а лишь заготавливает материал.

В ходе нашей деятельности складывается не только сознательный, но и особый интуитивный опыт, который включает в себя то, что не связано с целью действия и по этой причине не находится в поле нашего внимания. Те свойства предметов, которые не попадают в поле нашего внимания, не исчезают для нас совсем, но и не доступны нашему сознательному контролю. Интуитивный опыт, складывающийся вне сознательного желания субъекта, проявляется только в его действиях.

При решении задачи, которая не является принципиально новой для субъекта, решающий, функционируя на логическом уровне, актуализирует нужные знания и создает адекватную модель. При столкновении с необычной задачей логические знания субъекта оказываются недостаточными. Тогда функционирование психического механизма, по выражению Пономарева, «спускается» на более интуитивные уровни. В сфере интуиции опыт менее структурирован, но более богат, поэтому там субъекту иногда удается найти ключ к решению задачи. Это нахождение ключа, как и вся деятельность на интуитивном уровне, эмоционально. Если принцип решения на интуитивном уровне найден, субъекту нужно еще оформить его в виде хорошо структурированной модели, перевести на логический уровень. Решающий, как говорил Пономарев, «карабкается» по уровням психологического механизма.

Теория Пономарева позволяет объяснить описанные выше стадии творческого процесса. Вначале происходит подготовка – субъект безрезультатно использует логические методы решения. Затем наступает фаза созревания: решающий оставляет сознательные попытки, однако взамен включается интуитивный уровень мышления. Эта фаза

может завершиться эмоционально окрашенным озарением. Затем остается вновь провести логическую работу по реализации замысла.

Можно выделить параметры креативности (то есть выраженной способности к творческому мышлению). 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.

1.7 Индивидуальные особенности интеллекта

Интеллект – совокупность умственных способностей человека, обеспечивающих успех его познавательной деятельности. В широком смысле под этим термином понимают совокупность всех познавательных функций индивида (восприятие, память, воображение, мышление), а в узком – его мыслительные способности.

В психологии существует понятие *структуры интеллекта*, однако, понимание этой структуры варьирует в широких пределах в зависимости от взглядов того или иного психолога. Например, *Р. Кермел* выделял в структуре интеллекта две стороны: динамическую – «текучую» (*fluid*), и статическую – «кристаллизованную» (*crystallized*). Согласно его концепции «текучий интеллект» проявляется в задачах, решение которых требует быстрой и гибкой адаптации к новой ситуации. Он больше зависит от генотипа человека. «Кристаллизованный интеллект» больше зависит от социальной среды и проявляется при решении задач, требующих соответствующих навыков и опыта.

Можно использовать и иные модели структуры интеллекта, например, выделив в нем следующие компоненты:

- способность к обучению (быстрому освоению новых знаний, умений и навыков);
- способность успешно оперировать абстрактными символами и понятиями;
- способность к решению практических задач и проблемных ситуаций;
- объем имеющейся долговременной и оперативной памяти.

Исследование индивидуальных различий интеллекта началось в XIX в., когда Ф. Гальтон заинтересовался проблемой наследуемости гениальности. В 1911 г. появился первый тест для оценки умственного развития детей, созданный французами Бине и Синомом. С тех пор психологами разработано немало тестов интеллекта. При оценке роли тестов интеллекта последнее слово принадлежит фактам. Эти факты касаются связи показателей тестов с реальными творческими достижениями в жизни и результатами выполнения других заданий на творчество. В лонгитюдном исследовании, проведенном Л. Терменом и его сотрудниками в 1921 г. обследовали по тестам интеллектуального развития около 150 тыс. школьников Калифорнии в возрасте от 8 до 12 лет. Из них было отобрано 1528 детей (т. е. примерно 1 из 100), показавших наиболее высокие результаты. Затем через 6–7, 11–19, 30–31 и 60 лет были проведены контрольные исследования

жизненных успехов, которых добились высокоинтеллектуальные дети. Выяснилось, что практически все члены выборки Термена добились высокого социального статуса. Все они закончили школу, а 2/3 – университет. Каждый восьмой стал доктором наук. Через 30 лет после первого обследования (т. е. примерно к сорокалетнему возрасту) членами выборки Термена было опубликовано 67 книг, получено 150 патентов. Эти показатели в 30 раз превысили уровень контрольной выборки. Кстати, доход среди членов группы был в четыре раза выше среднего по США. В то же время констатируется, что ни один из обследуемых не проявил исключительного таланта в области науки или искусства, который можно было бы рассматривать как вклад в мировую культуру.

Появление тестов интеллекта позволило поставить ряд исследовательских проблем. Одна из этих проблем, вызвавшая огромный поток работ, – структура интеллектуальных способностей. Все вопросы сводятся к общему: существует ли общий механизм выполнения любой интеллектуальной деятельности или различные ее виды выполняются отдельными локальными механизмами? Для ответа на эти вопросы развилось целое направление исследований, использующее *факторный анализ* в сфере интеллектуальных тестов.

К. Спирмен, положивший в 1927 г. начало разработке факторного анализа, полагал, что существует *единый фактор*, определяющий успешность решения задач от наиболее сложных математических до сенсомоторных проб. Он назвал его фактором *G* (от англ. *general* – общий). Решение любой конкретной задачи человеком зависит от развития у него как способности, связанной с фактором *G*, так и от набора специфических способностей, необходимых для решения узкого класса задач. Эти специальные способности носят у Спирмена название *5-факторов* (от англ. *special* – специальный). Между общим фактором и частными в этой модели постулируется существование факторов промежуточной степени общности, которые участвуют в решении достаточно широких классов задач. Спирмен выделил три промежуточных фактора интеллекта: числовой, пространственный и вербальный. Роль фактора *G* наиболее велика при решении математических задач и задач на понятийное мышление. Для сенсомоторных задач роль общего фактора уменьшается при увеличении влияния специальных факторов.

Другой американский ученый, Л. Терстоун, отрицал наличие фактора *G*. По мнению Терстоуна, существует набор независимых способностей, которые определяют успешность интеллектуальной деятельности. Из двенадцати выделенных им способностей в экспериментальных исследованиях чаще всего подтверждается семь: словесное понимание, речевая беглость, числовой фактор, пространственный фактор, ассоциативная память, скорость восприятия, индуктивный фактор.

Наибольшее влияние из факторных теорий к началу 1970-х гг. добилась «кубическая» модель Д. Гилфорда, который пытался использовать факторный анализ не для поиска основных способностей, а для подтверждения априорно выдвинутой теории. Он считал, что наши способности определяются тремя основными категориями: *операциями, содержанием и продуктами*. Среди операций в исходном варианте своей модели Гилфорд (1965) различал познание, память, дивергентное и конвергентное мышление и оценку, среди содержаний – образное, символическое, семантическое и поведенческое; среди продуктов – элементы, классы, отношения, системы, преобразования, предвидения (рис.9). Любая задача имеет тот или иной вид содержания, предполагает осуществление определенной операции, которая приводит к соответствующему продукту. Например, задача, где требуется получить слово, вставив гласные буквы в «з_л_в» (слово «залив»), разворачивается на символическом материале (буквы), связана с операцией познания и приводит к элементу в качестве продукта. Если же мы попросим испытуемого продолжить ряд «лом – мол, куб – бук, сон – нос...», то, по мнению Гилфорда, это будет задача

на конвергентное мышление, относящееся к отношениям, на символическом содержании. В общей сложности, таким образом, выделяется $4 \times 5 \times 6 = 120$ типов задач (в более поздней версии теории – 150), каждому из которых соответствует определенная способность. Сегодня показано, что эти данные могут быть объяснены, исходя из другой факторной модели (Стернберг Р., Григоренко Е.Л., 1997).

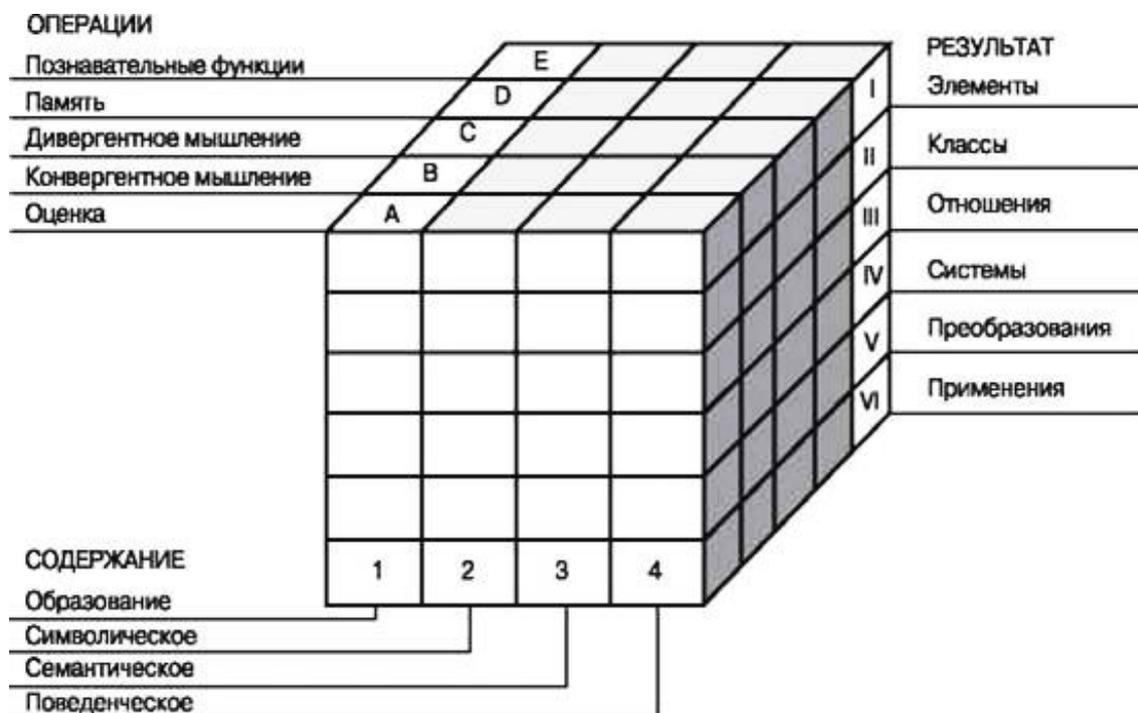


Рис. 9 – Модель интеллекта по Дж. Гилфорду

Среди категорий, выделенных Гилфордом, одна вызвала наибольший интерес у последующих исследователей. Речь идет об операции дивергентного мышления. По мысли Гилфорда, *дивергентное мышление* – это мышление в разных направлениях, при котором получается множество возможных решений, а не один правильный ответ. Например, в одном из тестов дивергентного мышления испытуемого просят за восемь минут перечислить все возможные способы употребления кирпича. Если испытуемый говорит, что из кирпича можно построить дом, гараж, школу, камин, аллею, то можно считать, что он обладает высокой беглостью ответов (много различных предложений), но низкой гибкостью (все ответы однотипны). Субъект, обладающий высокой гибкостью, может перечислить, например, следующие варианты употребления: зафиксировать дверь, сделать груз для бумаги, заколотить гвоздь, сделать красную пудру, подложить под колесо машины, использовать как подставку для сковородки. Эти ответы различаются также по оригинальности: некоторые из них приходят в голову практически всем людям из одной социальной группы, другие – лишь единицам. Интерес к проблеме дивергентного мышления определялся тем, что оно рассматривалось Гилфордом как основной компонент творческих способностей. Е. Торранс, последователь Гилфорда, разработал тест креативности, который является довольно популярным.

Психометрическое определение интеллекта, т.е. то, что измеряют тесты интеллекта на сегодняшний день, является очень эмпирическим, не имея солидной теоретической базы, и несравненно уже, чем способность к мышлению, к тестовым оценкам интеллекта нужно относиться с определенной осторожностью.

1.8 Возрастные, половые и социальные особенности интеллекта

Существует высокая корреляция между измерениями интеллекта у одного и того же человека в разном возрасте. Другими словами, если человек в детстве, например в 6 лет, демонстрирует высокий тестовый интеллект, то с большой вероятностью и в 15, и в 30, и в 70 лет он будет показывать высокие результаты по интеллектуальным тестам (естественно, относительно людей своего возраста). Эти высокие корреляции выявлены для тестов, измеряющих репрезентативный интеллект, которые могут использоваться никак не раньше, чем с 3 лет. В первые же два года жизни, как отмечалось выше, интеллект ребенка развивается не в репрезентативной, а в сенсомоторной сфере. Созданные для оценки сенсомоторных способностей тесты, однако, не позволяют предсказать последующих достижений в сфере репрезентативного интеллекта. В то же время в психологической литературе существуют данные, позволяющие считать хорошим признаком развития интеллекта в будущем заинтересованность младенца при реакции на новые объекты. Следует подчеркнуть, что связь способностей в раннем и более позднем возрасте носит статистический характер. Другими словами, высокий уровень интеллекта у ребенка дает серьезные основания надеяться на высокий уровень интеллекта во взрослом возрасте, но не является стопроцентной гарантией.

Если мы будем при помощи тестов измерять интеллект у людей разного возраста, то выявим следующую закономерность. До 17–18 лет интеллект с возрастом повышается, переживая как периоды бурного роста, так и временного замедления поступательного движения. Так, при быстром прогрессе в районе 7 и 11 лет около 12-летнего возраста подросток по причине гормональных перестроек может даже несколько снизить свои результаты. Затем в течение некоторого времени показатели остаются неизменными, после чего происходит снижение интеллекта с возрастом.

Разные тесты имеют несколько разные графики. По тем тестам, которые предполагают использование накопленного опыта, показатели испытуемых позднее достигают максимума и значительно позже начинают снижаться. Способность же решать задачи на выявление связей, не относящихся к прошлому опыту, раньше формируется, но и обнаруживает тенденцию к снижению в более раннем возрасте.

Средние результаты решения тестов на интеллект в большинстве стран мира неуклонно и достаточно существенно растут от поколения к поколению. Следствием интеллектуальной акселерации является то, что люди более старшего возраста, в меньшей степени испытавшие влияние этого процесса, показывают не столь высокие показатели не в результате возрастного снижения, а по причине того, что их поколение в целом демонстрирует менее высокие результаты.

Если интеллект достигает максимальных значений уже в очень молодом возрасте, то успех в интеллектуальной профессиональной деятельности приходит значительно позднее. Для того чтобы обладать развитым мышлением в сфере, например, математики и биологии, нужно не только быть умным человеком, но и овладеть рядом специальных умений. Речь идет не о знаниях, а именно об умениях: например, профессор математики или физики отличается от аспиранта не столько объемом знаний, сколько способностью ставить и решать задачи. Для овладения этими умениями требуется длительная работа. Отсюда следует, что наиболее высокие результаты в профессиональной деятельности люди демонстрируют обычно после 35 лет.

В нашей стране цикл исследований по влиянию социальной среды на интеллект проведен В.Н. Дружининым и его учениками. Ими уточнено, в частности, явление так называемого «материнского эффекта». Этот эффект заключается в том, что интеллект ребенка в большей степени зависит от интеллекта матери, чем от интеллекта отца, хотя с генетической точки зрения влияние обоих родителей должно быть одинаковым. Показано, что в действительности на интеллект ребенка больше влияет не мать, а тот родитель,

который эмоционально ближе. В большинстве случаев эмоционально близким родителем является мать, откуда и возникает «материнский эффект». Таким образом, становится яснее, что, в плане формирования интеллекта, семья – это не просто сумма ее членов, образующая интеллектуальный климат, а сложная структура, обладающая различными, в том числе эмоциональными зависимостями. Все сказанное, конечно, не отрицает генетической детерминации интеллекта. Средовые влияния действительны лишь в определенных пределах, наряду с генетическими факторами, которые определяют, по разным оценкам, от 40 до 80% дисперсии интеллектуальных показателей внутри одной популяции.

Другой вопрос в сфере психологии интеллекта, который вызывает дискуссии, – это гендерные различия. Большинство исследователей полагает, что в целом среднее развитие интеллекта примерно одинаково у мужчин и женщин. В то же время у мужчин больше разброс: среди них больше как очень умных, так и очень глупых. Между мужчинами и женщинами наблюдается также некоторая разница в выраженности различных сторон интеллекта. До пятилетнего возраста этих различий нет. С пяти лет мальчики начинают превосходить девочек в сфере пространственного интеллекта и манипулирования объектами, а девочки мальчиков – в области вербальных способностей.

Мужчины значимо превосходят женщин в математических способностях. По данным американской исследовательницы К. Бенбоу, среди особо одаренных в математике людей на 13 мужчин приходится лишь одна женщина. Споры вызывает природа этих различий. Одни исследователи считают, что их можно объяснить генетически. Другие утверждают, что их основа – общество, которое ставит мужчин и женщин в неравные условия.

Вопросы для самопроверки и обсуждения

1. Каковы основные признаки и функции мышления?
2. Охарактеризуйте основные виды мышления.
3. Каковы основные свойства мышления?
4. Каковы особенности мышления как деятельности, по мнению А.Н. Леонтьева?
5. Охарактеризуйте особенности мыслительного процесса, опираясь на взгляды С.Л. Рубинштейна.
6. Каковы основные этапы решения задачи, по мнению А.Р. Лурии?
7. Дайте характеристику основных мыслительных процессов.
8. Каковы основные формы мыслительной деятельности и их особенности?
9. Охарактеризуйте понимание мышления в ассоциативной психологии.
10. Каково понимание мышления представителями вюрцбургской школы?
11. Охарактеризуйте особенности представлений о мышлении в гештальтпсихологии.
12. В чем особенности в понимании процесса мышления О. Зельца и К. Дункера?
13. В чем особенность в понимании мышления представителями когнитивной психологии?
14. Что такое интеллект? Какие существуют подходы к пониманию интеллекта?
15. Опишите структуру интеллекта Терстоуна.
16. Опишите структуру интеллекта Гилфорда.
17. Опишите структуру интеллекта Векслера.
18. Опишите структуру интеллекта Кэттелла.
19. Что такое *IQ*. Как измерить интеллект?
20. Назовите аргументы в пользу теории наследуемого интеллекта.
21. Назовите аргументы в пользу теории приобретенного интеллекта.
22. Назовите основные факторы развития интеллекта.

Практические задания

1. Работа с ключевыми понятиями: мышление, интеллект, виды мышления (практическое, теоретическое; наглядно-действенное, наглядно-образное, словесно-логическое; репродуктивное, продуктивное; дискурсивное, интуитивное), анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстрагирование, конкретизация, понятие, суждение, умозаключение.

Задание 1. Представьте виды мышления и основания для их классификации в виде схемы.

Задание 2. Заполните таблицу «Характеристика мыслительных операций».

Мыслительная операция	Сущность	Пример

Задание 3. Заполните таблицу «Характеристика форм мышления»

Форма мышления	Сущность	Пример

Задание 4. Представьте и опишите конкретные жизненные ситуации или учебные задания, требующие актуализации различных видов мышления: наглядно-действенного, образного, вербального, предметного, психологического, творческого, репродуктивного (по 3 примера на каждый вид мышления).

Задание 5. Разработайте учебные задания, позволяющие актуализировать у человека мыслительные операции (анализ, синтез, обобщение, конкретизация, классификация, сравнение). Каждая операция должна быть представлена двумя заданиями.

Задание 6. Определите психологическое содержание заданных воздействий. На актуализацию каких мыслительных операций и видов мышления они направлены?

1) преподаватель предлагает студентам сделать конспект статьи, составить план и выделить главную мысль;

2) задание ученикам: составить текст, используя новые слова;

3) в предложенной задаче выделите условия и скажите, что вам известно;

4) из перечисленных признаков данного явления выделите наиболее существенные;

5) по заданному описанию постарайтесь определить персонаж, о котором идет речь.

Задание 7. Установите соответствие. Виды классификации типов мышления.

1. по характеру используемых средств	А. наглядно-действенное, наглядно-образное, словесно-логическое мышление
2. по характеру протекания познавательных процессов	Б. наглядное и знаковое мышление
3. по характеру решаемых задач	В. интуитивное и дискурсивное мышление
4. по функциям	Г. практическое и теоретическое мышление
5. по уровню развития	Д. репродуктивное и творческое мышление

Задание 8. Ситуация. Мама предложила дочке Нине (4 года 5 месяцев) решить задачу: «Летели 4 птички, сели на деревья. На каждое дерево села одна птичка. Сколько было деревьев?» Нина задачу не решила. Тогда мама вырезала из бумаги птичек и деревья и снова предложила дочке решить задачу. Девочка решила задачу правильно.

Какую закономерность детского мышления отражает приведенный пример? Как развивать мышление у детей этого возраста?

Самостоятельная работа

Темы рефератов

- 1 Ассоциативная теория мышления.
- 2 Проблема мышления в бихевиоризме.
- 3 Исследование мышления в вюрцбургской школе.
- 4 Теория интеллектуальных операций О. Зельца
- 5 Смысловая теория мышления.
- 6 Проблема мышления в гештальтпсихологии
- 7 Психоаналитическая теория мышления.
- 8 Деятельностная теория мышления.
- 9 Генетическая теория мышления.
- 10 Информационно-кибернетическая теория мышления

Рекомендуемая литература

1. Дружинин, В.Н. Психология общих способностей / В.Н. Дружинин. – СПб.: Питер, 1999. – 356 с.
2. Хрестоматия по общей психологии: Психология мышления / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, В. Петухова. – М.: Изд-во МГУ, 1981. – 400 с. – С. 235–249.
3. Пиаже, Ж. Избранные психологические труды / Ж. Пиаже. – М.: Просвещение, 1969. – 435 с.
4. Нуркова, В.В. Психология: учебник / В.В. Нуркова, Н.Б. Березанская. – М.: Юрайт-Изд, 2007. – 484 с.
5. Психология: учеб. для гуманит. вузов / под ред. В.Н. Дружинина. – 2-е изд. – СПб.: Питер, 2009. – 656 с.

РЕЧЬ

1.1 Общая психологическая характеристика речи

Человеческая речь – особый и необыкновенно богатый канал выразительности. Одно звучание голоса во многом характеризует текущие психические переживания говорящего. Еще большее значение для понимания человека имеет то, о чем он говорит, какие выбирает темы, насколько учитывает собеседника, умеет его убедить и увлечь, какие использует языковые формы, и многое другое, что мы обычно называем содержанием речи. Именно эта сторона речи глубоко и в то же время динамично отражает текущую направленность сознания говорящего и многие другие стороны его психологии. Возможность речи выражать психический мир человека практически безгранична. С позиции психологии речь – это вынесенная вовне психика субъекта и, соответственно, одна из важнейших психологических функций, дающая человеку возможность быть понятым окружающими.

Речь переводит психические феномены в доступный наблюдению процесс. И наоборот, в случае понимания звучащей речи такой процесс превращается в мысль, психологический продукт. Каким образом происходит переход от мысли к слову и от слова к мысли – составляет коренной вопрос научных исследований и является глубинным фундаментом многих исследований речи. Нельзя считать, что данная проблема исчерпывающе разработана в современной науке. Однако немало данных для ее разрешения содержится в фактах развития речевой способности у ребенка.

Каждый психически здоровый человек с раннего детства обнаруживает способность говорить. Что такое язык с психологической точки зрения? В чем сущность связи между языком и речью? Специалисты, работающие в рассматриваемой области,

по-разному отвечают на эти вопросы. Одни из них вовсе не делают различия между речью и языком. Другие противопоставляют их, утверждая, что в паре понятий «речь-язык» к компетенции психологии относится только речь как феномен индивидуальной природы, язык же – явление не психологическое, а социальное, и потому изучается лингвистикой.

1.2 Эволюция идей о природе языка и речи

Вплоть до XX в. исследования речи носили преимущественно глобальный характер, ставились и обсуждались вопросы наиболее общего свойства: происхождения языка, его природы, связи с рациональной или эмоциональной стороной психики. Такого рода подход соответствовал существовавшему тогда уровню развития естественных и гуманитарных наук. В то же время для дальнейшего развития этой области было необходимо накопление конкретных фактических данных, проверка и уточнение гипотез, порой сужение сферы исследования для достижения более точных результатов.

Именно это и произошло в начале XX в., когда в науке активно развивался эксперимент, начиналось формирование психологии как позитивной науки, опирающейся на объективные факты. В области исследования речи появились темы конкретно-эмпирического характера. Сначала исследователи пользовались первым доступным объективным методом – наблюдением. Стали накапливаться описания развития детской речи (ее онтогенеза). Внимание ученых привлекли факты речевых ошибок типа оговорок, собирались и издавались словари такого рода форм речевых проявлений. Объектом исследований стали речевые нарушения, наблюдаемые при отставании в развитии, мозговых травмах. Несколько позднее появились темы взаимоотношения речи и мышления, речевой памяти, внутренней и эгоцентрической речи, биологического и социального в языке и речи. Возник поток исследований по отдельным, порой частным проблемам.

Вместе с накоплением эмпирических данных в первые десятилетия XX в. в рассматриваемую область были внесены важные теоретические предложения. Среди них следует отметить идею И.П. Павлова о второй сигнальной системе как сложном физиологическом механизме, осуществляющем речевую деятельность. Концепция второй сигнальной системы была сформулирована в конце жизни ученого и не получила серьезного развития при его участии. Однако она способствовала укреплению естественнонаучной позиции и ориентации на изучение механизмов речи. Поэтому павловский подход подготовил почву для появления когнитивного направления в современной психолингвистике, которое как раз и направлено на точное описание скрытых механизмов речевых процессов.

Главная направленность идеи второй сигнальной системы состояла в том, чтобы выявить в сложнейшей речевой деятельности человека некоторые простые основания, сопоставимые с высшей нервной (условнорефлекторной) деятельностью животных. Павлов обратился к феномену слова, предположив, что оно несет на себе функцию особого рода сигнала, действующего в сфере высшей нервной деятельности человека. По мысли Павлова, слово – это сигнал, который обобщает непосредственные сигналы, создавая возможность отвлечения и абстрагирования от непосредственной действительности. Тем самым вся высшая нервная деятельность человека преобразуется, поскольку возникает основа для отвлеченного мышления, а в конечном счете и для научного познания.

В последующих исследованиях отечественных и зарубежных авторов (Г. Разрана, Б. Риса, Л.А. Шварц, О.С. Виноградовой, А.Р. Лурии, Т.Н. Ушаковой и др.) был выявлен условнорефлекторный характер связей между словами и показано, что такие связи являются физиологическим основанием так называемых «вербальных сетей», или «семантических полей». Были накоплены свидетельства тому, что связи между словами вырабатываются в жизненном опыте и оказываются достаточно стабильными. Все слова человеческого лексикона хранятся «внедренными» в материю вербальной сети, и этой материи принадлежит важнейшая роль в общем речевом механизме. Эти данные легли в основу современных представлений о физиологических механизмах вербальной памяти

человека. В настоящее время такого рода связи описываются и активно исследуются в психолингвистике в форме вербальных ассоциаций.

В русле бихевиоризма детально разрабатывалась идея о том, что речь представляет собой одну из форм поведения. Возможность описания речи с помощью тех же понятий, которыми описываются другие формы поведения человека, обстоятельно аргументирована в книге Б.Ф. Скиннера «Вербальное поведение» (1957). Люди приучаются употреблять определенную речевую форму в некоторых повторяющихся ситуациях. По сути, происходит выработка обусловленной вербальной реакции. Она подкрепляется взаимным пониманием людей и их адекватными действиями. Повторное возникновение данной ситуации автоматически вызывает ту же вербальную реакцию в скрытой или явной форме. Одна словесная реакция может служить побудительным стимулом для другой словесной реакции. Возникает цепь рефлексивных актов, используемых людьми в общении между собой. Эта цепь образует «вербальное поведение».

Бихевиористский подход к речи направлен на выявление в сложных процессах речевого общения людей некоторых повторяющихся стереотипных форм, поддающихся относительно простому описанию. Это направление в известном смысле сохраняет свое значение и в наши дни. Однако существуют и другие подходы к исследованию речи. К. Ясперс, например, рассматривал речь как универсальную форму человеческого творчества. Поэтому современные исследования в большей степени ориентируются на нестандартные, продуктивные и творческие возможности речи.

Психолингвистика. Следующий период развития истории идей и подходов к выяснению природы феномена языка и речи стал выразительно называться психолингвистическим.

Психолингвистика – это научное направление, которое изучает природу и функционирование языка и речи, используя данные и подходы двух наук – психологии и лингвистики. Обе эти науки со своими теориями, историей, предметом и методами исследований кроме несовпадающих областей имеют также и некоторую «общую зону» интересов. Так, в психологии среди многих ее разделов существует раздел, изучающий речь и язык. Лингвистика, или языкознание, является наукой, занимающейся языком и, в известной мере, речью. Таким образом, оказывается, что обе науки имеют во многом совпадающий объект исследования.

Одной из главных задач психологии является изучение *природы речевой способности*: связи языка и речи с другими психическими функциями (восприятием, моторикой, мышлением, чувствами), развития языка и речи в онто- и филогенезе, их функционирования в социуме. Таким образом, психология изучает человеческое, субъектное измерение функционирования речи и языка. Лингвистика в большей мере направлена на описание и характеристику собственно языковых свойств. Отсюда – внимание к организации системы языка, его лексики, грамматики, выявление особенностей языковых жанров, национальных языков и языковых групп. Подчеркивание значения феноменологии проявилось, в частности, в том, что существовали периоды, когда лидеры лингвистической мысли отказывались от рассмотрения содержательной, смысловой стороны языка, считая ее посторонней предмету языкознания (Ф. де Соссюр). Вместе с тем между обеими науками на протяжении их еще «допсихолингвистического» существования обнаруживалось взаимное тяготение. В лингвистике было немало авторов, принадлежащих к так называемому психологическому направлению, в психологии же работали многие профессиональные лингвисты.

В психолингвистике реализуется направленность на проведение комплексных исследований. Психологические данные развивают психолингвистическую теорию в плане придания ей естественнонаучной и социальной ориентированности. Явления языка и речи рассматриваются в контексте биологических и социальных закономерностей функционирования психики человека. Важное место занимают исследования нейрофизиологических механизмов речи. В свою очередь, лингвистика расширяет область

психолингвистических исследований, предоставляя факты описания языковых и речевых феноменов, в том числе на материале различных национальных языков, характеризуя их системную организацию и проявления, закономерности развития и изменений.

На основании сказанного можно выявить общий признак, отличающий психолингвистические исследования, – использование (явное или неявное) данных, позиций, подходов и психологии и лингвистики с целью развития знаний о природе речи и языка.

Принято считать, что современная психолингвистика возникла в 1953 г., Ч. Осгуд, Дж. Кэрролл, Ш. Себеок. в результате совместной работы создали книгу под названием «Психолингвистика». Она положила начало научному направлению, продолжающему и сейчас свое активное развитие, дала ему имя и утвердила идею соединения подходов и знаний двух до той поры разделенных областей – психологии и лингвистики. Такое соединение было осуществлено на основе теоретической модели поведения, предложенной Ч. Осгудом. Центром теории Осгуда является уровневая модель поведения. Эти уровни следующие: мотивационный (его единицы – предложения), семантический (единицы – словесные элементы предложения), уровень последовательностей (единицы – фонетически оформленные слова), интеграционный (единицы – слоги). Модель, таким образом, охватывает общим каркасом основные этапы речевого процесса у человека, начиная с восприятия речи, включая внутреннюю переработку речевого материала и кончая произнесением речи.

1.3 Речевой онтогенез

Изучение речевого развития ребенка позволяет естественно подойти к другим проблемам исследования речи. Именно так рассматривались исследования детской речи уже на первых же порах становления научной психологии, в начале XX в. Тогда появилось значительное количество публикаций в нашей стране и за рубежом, где описывались многие факты этого процесса (Н.А. Рыбников, А.Н. Гвоздев, К. Бюлер, К. и В. Штерны и др.). Вклад в эту литературу внесли не только ученые – психологи и лингвисты, – но и представители других профессий, интересующиеся родители, детские писатели. В результате разностороннего сбора материала ход речевого онтогенеза относительно давно оказался хорошо изученным с фактической точки зрения.

Основные факты речевого развития, как и их теоретическое понимание, будут представлены здесь в двух разделах, относящихся:

- а) к раннему периоду жизни, от рождения до года;
- б) к периоду от года до школьного возраста (до 7 лет).

Эти периоды разделены потому, что обычно в районе года (возможно, и раньше, но чаще – позднее) в развитии детей, в том числе речевом, происходят важные изменения, в результате которых возникают качественно новые особенности в их психической и, в частности, речевой деятельности. Время перехода к речевому периоду неодинаково у разных (вполне нормальных и здоровых) детей. Поэтому при разделении указанных периодов важен не конкретный календарный момент, а качественные особенности развития, проявление новых форм психологического функционирования.

Ранний речевой онтогенез (от рождения до года). Отрезок онтогенеза от рождения до 12–14 месяцев обычно квалифицируется как предречевой, или дословесный. По его завершении у нормально развивающегося ребенка, как правило, появляются первые слова. Для описания данного периода (сенсомоторного интеллекта, по Ж. Пиаже) удобно выделять в нем стадии, появление каждой из них связано с возникновением новых психологических возможностей младенца. В последующем изложении на каждой стадии будут выделены три основные линии младенческого развития: а) двигательные проявления; б) формы общения; в) вокализации. Возрастные границы между стадиями, повторим, приблизительны и индивидуально вариативны.

Речевое развитие от года до школьного возраста (от 1 года до 7 лет). Обычно к концу первого – началу второго года жизни у ребенка на фоне продолжающегося лепета и «младенческого пения» появляются звукокомплексы, которые квалифицируются окружающими как первые детские слова. По своему звуковому оформлению они могут быть близкими к лепетным звукокомплексам (типа «ма-ма», «па-па») и получили название «нянечные слова». Их звучание оказывается сходным у детей всего мира. Принципиальное отличие первых слов от лепета заключается в их осмысленности, отмечаемой окружающими. Эта осмысленность довольно трудно поддается объективному определению. Первые детские слова обычно не имеют прямых референтов, т.е. не называют конкретные предметы или явления мира. Их семантика своеобразна, вследствие чего их квалифицируют порой как однословные предложения. Это своеобразие состоит в том, что одним словом малыш обозначает целую ситуацию, причем одно и то же слово может относиться ко многим ситуациям.

К 2-летнему возрасту словарь малышей порой насчитывает до 25 слов. В дальнейшем происходит его быстрый рост. Словарь 6-летних детей доходит в среднем уже до 15 000 слов, а к возрасту 10–12 лет практически сравнивается по объему с житейским словарем окружающих.

В возрасте от 1,5 до 2,5 лет при нормальном темпе развития происходит важный сдвиг в речевых проявлениях малышей – они начинают использовать соединение слов, появляются двухсловные предложения. Эти предложения часто имеют телеграфный стиль, т.е. грамматически не оформлены. Их семантическая направленность – указание местоположения объекта, описание событий, действий и др. Например: «Гося там, мама пруда (ушла), папа бай-бай (спит), еще моко (молока)» и т.п. Дальнейшее развитие двухсловных предложений связано с употреблением грамматических форм. В русском языке, представляющем собой по лингвистическому определению язык синтетического типа, это связано с появлением флексий, т.е. изменением грамматической формы слов при их сочетании. Например: «Моко (молоко) кипит. Мама хорошая. Папа большой». Это знаменательный момент речевого развития, обнаруживающий формирование грамматики в языке ребенка.

С этим моментом связано появление так называемого детского словотворчества, которое наблюдается обычно с 2,5–3 лет вплоть до школьного возраста. Термином «детское словотворчество» обозначается широко распространенное (а возможно, и всегда существующее в скрытом виде) явление детской речи. Оно состоит в том, что в ходе повседневного общения или игры малыши спонтанно включают в свою речь слова такой структуры, которая не используется в языке окружающих и тем самым не может быть имитационно усвоена ребенком. Это особые, «изобретенные» слова (неологизмы). По своей семантике они понятны и уместны в употреблении. Например: «брос» (то, что брошено), «кат» (действие катания), «пургинки» (частицы пурги), «сгибчивая» (береза), «долгее» (дольше), «стояя» (соя), «саморубка» (мясорубка) и др. (Ушакова Т.Н., 1979; Чуковский К.И., 1966).

Существует еще один феномен детской речи периода 3–7 лет, получивший довольно широкое освещение в научной литературе и впервые описанный Ж. Пиаже под названием «эгоцентрическая речь» (Пиаже Ж., 1997). В этом феномене проявляются особенности коммуникативной стороны детской речи, состоящие в том, что дети указанного возраста в некоторых ситуациях (играя, рисуя и т. п.) говорят ни к кому не обращаясь, сами для себя, как бы думая вслух. По Пиаже, в возрасте 3–4 лет доля эгоцентрической речи (коэффициент эгоцентричности) составляет более 40%, затем эта речь постепенно угасает, практически исчезая к школьному возрасту.

Развитие речи продолжается в школе. В связи с обучением чтению и письму собственная речь становится объектом анализа ребенка, что придает ей рефлексивный характер. При обучении дети усваивают новые понятия и связанные с ними слова и термины. Начинают осмысленно употребляться такие слова, как «причина», «время» и т.п. Вместе с расширением сферы общения у ребенка развивается способность использовать

речь для установления и поддержания социальных отношений, т.е. развивается прагматический аспект его языка. Чрезвычайно важно, что дети учатся читать, понимать, а позднее и давать речевые описания событий. Это становится основой для их приобщения к широкому кругу знаний, представленных в книгах, т.е. к человеческой культуре.

Граница первого и второго года является рубежной. Этот рубеж определяется появлением первых слов. На этой границе обнаруживается, что речевые механизмы включают в себя семантическую и артикуляторно-звуковую составляющие.

Семантическая составляющая в пределах первого года представлена негативными или позитивными психическими состояниями, отражаемыми в диффузных вокализациях. Позднее, при появлении первых слов, она трансформируется в семантические состояния, соответствующие своему словесному выражению и образующие его значение. Семантическое состояние, связанное с первыми детскими словами, заметно отличается от такового у взрослого носителя языка. Оно носит диффузный характер, в нем отсутствуют референтная направленность (т.е. оно не указывает на конкретный объект мира) и индивидуальное своеобразие.

Значительные изменения в семантической составляющей происходят на протяжении всего дошкольного детства. В ряде исследований показано, что эти изменения определяются ходом когнитивного развития ребенка, которое является первичным по отношению к формированию грамматических форм (Слобин Д., 1984; Брунер Дж., 1984). В определенной последовательности (от наиболее простых и наглядных случаев) ребенок усваивает семантические отношения в их категориальном обобщении: категории местоположения объекта, действия, агента, совершающего действие, его объекта и т.д. Подобные семантические отношения ребенок начинает выражать раньше, чем у него появляются адекватные языковые формы. Например, локативные понятия (местоположение предмета), возникающие раньше других, во многих языках дети обозначают «обходным путем»: используя порой вспомогательные слова (типа «там») или соединение неформальных слов: «кастрюля плита» (вместо «кастрюля на плите») и т. п. Вновь возникающее семантическое содержание обнаруживает свою первичность по сравнению с языковой формой, поскольку сначала выражается старым способом, новые же формы вводятся в употребление постепенно.

Еще одна важная линия развития семантики у детей состоит в придании наименований новым предметам, а также уточнение, дифференцирование сферы применения усваиваемых слов. Эта сторона семантического развития идет путем постепенного и длительного накопления заимствований и поправок от социума, не заканчиваясь в детском возрасте, а продолжаясь всю жизнь индивида.

Свою линию развития проходит артикуляторно-звуковая составляющая речевого механизма. С появлением первых имитированных слов происходит активное уточнение артикуляторной регуляции, дифференцирование способа произнесения накапливаемых слов. Здесь довольно существенна роль взрослых, дающих поправки малышам.

Другая линия развития произнесения слов – появление детского словотворчества. Исследования показали, что строение детских неологизмов отражает важные процессы, происходящие в скрытых словесных структурах мозга ребенка (Ушакова Т.Н., 1979). Словесные структуры с общими элементами взаимодействуют между собой, в результате чего происходит дробление первоначально нерасчлененных психофизиологических единиц. В результате вычлениются и консолидируются такие части словесных структур, которые по лингвистической терминологии являются корнями и аффиксами слов. Эти элементы оказываются чрезвычайно важными для формирования обобщающих категориальных словесных структур (парадигм словоизменения и словообразования). На материале этих элементов у ребенка независимо от его сознания и воли начинают закладываться основы той громадной системы, которая образует грамматику языка.

Возникновение названных элементов создает также принципиально новую возможность для процесса создания из них новых слов, что и обнаруживается в детском словотворчестве. Такого рода продуцирование новых слов открывает для ребенка особый путь овладения языком – не столько имитирование вслед за окружающими, сколько изобретение в соответствии с законами, заложенными в структуре действующего языка. Таким образом, через детское словотворчество открывается важный фактор речевого развития на рассматриваемом этапе: внутренняя спонтанная активность в отношении воспринимаемого извне речевого материала. Эта активность обусловлена, с одной стороны, особенностями функционирования психики ребенка, а с другой – возможностями, предоставляемыми организацией усваиваемого языка.

Тот же фактор спонтанной активности обнаруживается в явлении эгоцентрической речи. Однако здесь этот фактор действует в ином аспекте. Эгоцентрическая речь – это проявление внутренней мотивированности речевого процесса в целом. Ребенок говорит эгоцентрически потому, что у него есть настоятельная потребность, или интенция, говорить, даже если его не слушают. Эту интенцию можно рассматривать как действие описанного выше принципа экстерниоризации внутренних состояний. Значение направленности развивающейся детской речи постоянно подчеркивается исследователями (Бейтс Э., 1984; Слобин Д., 1984).

Изменения, происходящие в элементах речевого механизма на протяжении дошкольного детства, оказываются независимыми от произвольных усилий и сознания малыша и в норме сопровождаются лишь небольшими управляющими воздействиями со стороны окружающих. Это означает, что усвоение основных элементов действующего языка (его лексики и грамматики) происходит при активном действии спонтанных внутренних сил ребенка и при пассивном предоставлении языковых данных со стороны носителей языка.

1.4 Основные психологические аспекты функционирования речи

Полная форма речевого процесса предполагает участие в нем не менее двух партнеров – коммуникантов. Направляемое и принимаемое сообщения образуют контур речевого взаимодействия. Каждый из его участников может становиться то говорящим, то слушающим. Представленная схема явилась основой различных направлений психологического исследования речи. Объектом этих исследований стал произносительный элемент речевого контура – органы речи, особенности интонации (Н.И. Жинкин, 1958). Проведено немало исследований восприятия речи слушающим (Зимняя И.А., 1976; Залевская А.А., 1999).

Однако схема речевого взаимодействия выявляет лишь самые общие и большей частью внешние черты организации речи. Она оставляет в стороне важнейшие психологические компоненты, связанные с глубинными речевыми процессами. Для создания речевого сообщения необходим скрытый от внешнего наблюдателя подготавливающий и мотивирующий процесс. Для понимания принятого сообщения и адекватной реакции на него также требуется внутренняя психологическая деятельность. Такого рода простые факты обратили внимание исследователей на особую область психической реальности – внутреннюю речь.

Рассматриваются два вида внутреннеречевых процессов. Первый из них – это речь «про себя», т.е. беззвучное говорение, которое при озвучивании становится обычной, «внешней» речью. Второй представляет собой явление, качественно отличное от внешней речи, и направлен на переработку воспринятой речи и подготовку высказываний. Беззвучное говорение составляет объект интереса ученых, занимающихся исследованием мышления.

Широко известна концепция внутренней речи, предложенная Л.С. Выготским (1934). По мысли автора, внутренняя речь происходит из речи эгоцентрической. Поэтому структурные особенности последней позволяют судить о внутренней речи, недоступной для наблюдения прямым способом. Наблюдения за характером эгоцентрической речи

позволили выявить основную особенность внутренней речи – ее сокращенный характер. При этом сокращен как синтаксис внутренней речи (опускаются подлежащее и связанные с ним слова, остаются предикаты), так и ее фонетическая сторона. Структура внутренней речи предикативна. Фонетическая сторона также почти полностью сокращена, слова понимаются по намерению говорящего произнести их.

Наиболее значима семантическая сторона внутренней речи. Слова нагружаются смыслом, являются как бы «сгустками смысла», результатом чего является идиоматичность словесных значений, их непереводаемость на язык внешней речи, понятность только самому говорящему.

Утверждение Выготского о том, что внутренняя речь приходит на смену эгоцентрической речи в позднем дошкольном возрасте, оспорено П.Я. Гальпериным, П.П. Блонским и другими авторами. С развитием психологической науки и возникновением психолингвистики укрепилось представление о внутренней речи как звене скрытой переработки вербальной информации. А.А. Леонтьев (1974) полагает, что внутренняя программа будущей речи складывается из «смысловых вех», соответствующих субъекту, предикату или объекту. По мнению Н.И. Жинкина (1982), при подготовке сообщения не обязательно используются только словесные элементы. Ими могут быть образы, наглядные схемы. Код внутренней речи субъективен, он формируется вместе с общим психическим развитием ребенка.

В настоящее время существует ряд моделей, описывающих речемыслительные процессы. Из зарубежных пользуется известностью модель понимания В. Кинча с сотрудниками (1979), построенная на основе анализа процессов, включающихся в обработку и понимание текста («Современная психология», 1999). Модель предлагает правила работы с естественным текстом и разработана на основе анализа конкретных текстовых образцов. Модель продуцирования речи В. Левелта (1989) описывает конкретные структуры, необходимые для осуществления речевой функции, и фактически дает их номенклатуру («Современная психология», 1999). В отечественной психолингвистике предложено немало различных модельных форм представления теоретических взглядов на процесс речепроизводства и понимания речи (Залевская А.А., 1999).

В качестве примера рассмотрим модель речемыслительного механизма, разработанную в Институте психологии РАН (Ушакова Т.Н., 1991). Предлагаемая модель ориентирована на ситуацию взаимодействия коммуникантов, каждый из которых имеет следующие основные блоки речевого механизма: восприятие речи (Вс), ее произнесение (Пр) и центральное смыслообразующее звено (Ц) (рис. 10). Функции блока восприятия и блока произнесения служебны, они выполняют задачу доставки информации субъекту и выведения ее от субъекта вовне. В центральном звене осуществляются основные смыслообразующие функции и хранение языкового опыта.

Каждый из блоков производит специфические кодовые операции. Звено восприятия при устной коммуникации перерабатывает поступившие из внешнего мира акустические сигналы, преобразуя их в нервные паттерны, и решается задача распознавания и дифференцирования одного паттерна от другого. В центральном звене не происходит кодового перехода, поскольку здесь осуществляется внутренняя переработка информации. В звене произнесения внутренние кодовые команды переводятся в сигналы-команды артикуляторным органам. Параметры этих выходных сигналов строго регламентированы, они определяются закономерностями функционирования артикуляторного аппарата, производящего объективный продукт: звучание, соответствующее нормам используемого языка.

В центральном звене существует несколько функциональных уровней. Первый (нижний уровень) составляют образования, связанные с запечатлением и хранением разных сторон слова: его звучания, значения, соотносительности с внешним миром. Эти образования названы «базовыми» на том основании, что речь воспринимается именно через

внешнюю форму слов – их звучание, написание. Произносимая речь также передается словами, поступающими в соответствующей форме в блок произнесения. На рис. 10 показана связь первого уровня с блоком восприятия и произнесения.

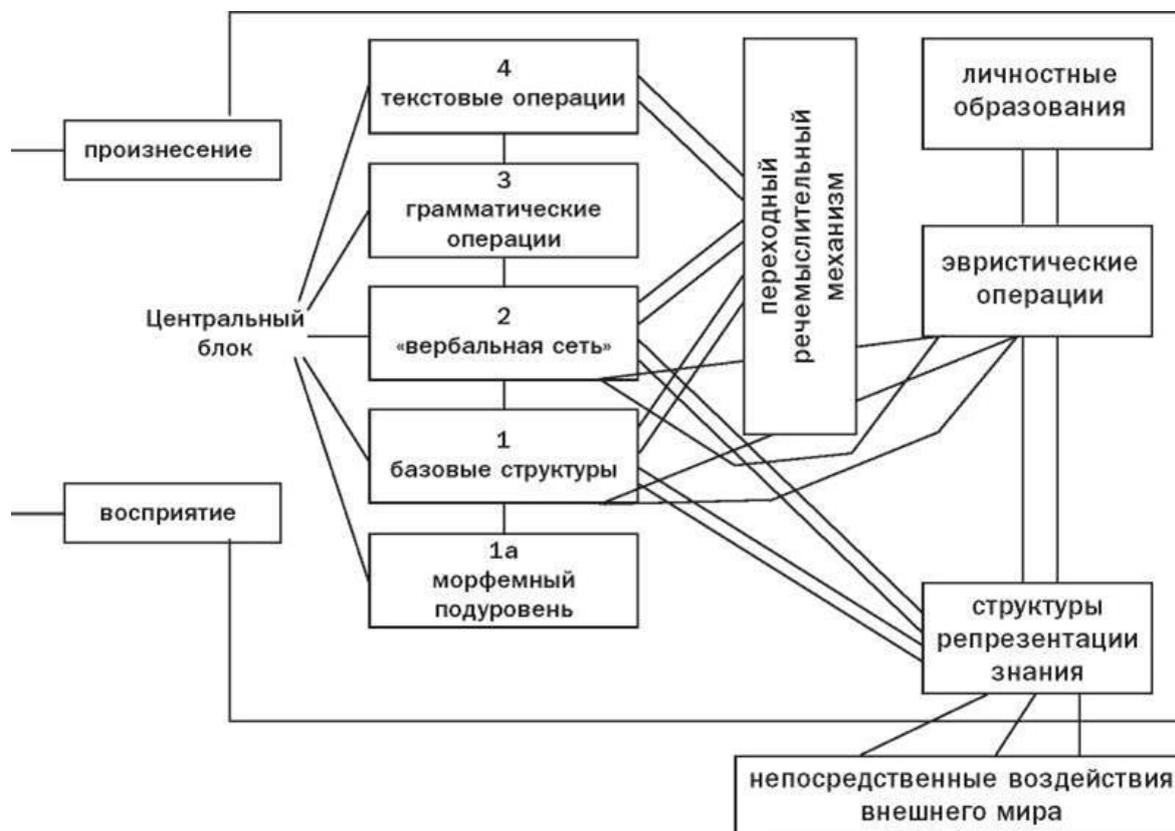


Рис. 10 – Модель речемыслительного процесса

Базовый уровень дополняется его подуровнем, который образуется возникающими из членения слов элементами. Как показано в предыдущем разделе, они проявляются в детском словотворчестве. Эти элементы обозначаются лингвистами термином «морфемы». В языках синтетического типа из них складываются грамматические категории.

Второй уровень внутренней речи составляет система межсловесных («межбазовых») связей, или «вербальная сеть». Этой сетью охватываются все слова используемого человеком языка, образуя нечто вроде сплошной материи, где различные по семантике и фонетике слова находятся в разной степени взаимной удаленности или близости. Особенности функционирования сети определяют многие речевые проявления: «семантические поля», синонимию и антонимию слов, их податливость к заменам, понимание многозначных слов, словесные ассоциации.

Третий уровень внутреннеречевой иерархии – это грамматические структуры. Динамические процессы на этом уровне обеспечивают грамматическую форму порождаемых предложений.

Наконец на четвертом, верхнем уровне иерархии происходит управление порождением текстов и их обмена между коммуникантами.

Данная сложная система структур и функциональных образований психики человека формируется с раннего детства под воздействием многих факторов (требований социума, языка окружающих, внутренних мотивационных факторов субъекта, созревания его мозга). Функционирование этой системы во взрослом возрасте происходит в тесном взаимодействии с другими когнитивными структурами и функциями, прежде всего теми, которые обеспечивают познание и мышление.

В правой части схемы на рис. 10 представлены структуры такого рода. Люди вербализуют то, что они воспринимают через органы чувств, посредством общения, а также материал мыслительного процесса: условия, гипотезы, результаты решения разнообразных задач. Соответственно в схему включены структуры репрезентации знаний и эвристические операции. Кроме текущих впечатлений и процессов, в речевом продукте находят отражение наиболее общие и стабильные мыслительные и личностные образования: жизненные и научные обобщения, оценки, морально-нравственные позиции.

Протекание процесса обработки информации с использованием описанных структур будет различным в разных условиях коммуникации, при говорении, при слушании. Во всех случаях, однако, должна происходить активация всех уровней центрального внутрениречевого звена в координации с желаемой и достигаемой целью, условиями и аудиторией общения, условиями свободной устной речи или составления письменных текстов и действием многих других факторов.

1.5 Речь и мышление

Вопрос о связи речи с мышлением является в определенном смысле ключевым в психологии речи. Очевидно, что нормальная речь непременно осмысленна, поскольку в выражении смысла состоит ее основная функция. Вместе с тем формы связи мысли и слова трудно представимы. Каким образом можно объяснить связь психического явления – мысли – и звучащего, физически регистрируемого слова?

Для решения данной проблемы предложен богатый спектр суждений. На одном полюсе этого спектра – позиция классического бихевиоризма (мышление – это беззвучная речь), на другом – представление, сформировавшееся в рамках вюрцбургской школы (мышление и речь имеют разное происхождение и представляют собой различные сущности). Отождествлению речи и мышления или, напротив, их полному размежеванию противостоит представление об их взаимосвязи: по выражению С.Л. Рубинштейна, между мышлением и речью существует единство, но не тождество. Эта точка зрения, разделяемая многими психологами, требует, однако, дальнейшей конкретизации – необходимо ответить на вопрос: в чем заключается эта взаимосвязь, как мысль воплощается в слове?

Мышление в общем случае представляет собой целенаправленный процесс, состоящий в решении определенного вида задач или выведении умозаключений. Согласно существующим данным, мыслительный процесс включает ряд компонентов (механизмов), которые могут быть различными при решении разных типов задач. Общими компонентами мышления являются:

- создание умственных моделей ситуации, включающих условия и цель задачи;
- взаимодействие поступающей информации с репертуаром знаний и схем, хранящихся в долговременной памяти;
- манипулирование моделью;
- выявление результата, отвечающего исходным условиям задачи.

Ход решения задачи, или оперирование умственной моделью, может протекать в различных режимах: логическом, хорошо осознаваемом и подлежащем речевому выражению, и интуитивном, при котором субъект мыслительного процесса не осознает и не может описать словами ход своих умственных действий.

Таким образом, мы видим, что мышление представляет собой специальную когнитивную функцию, состоящую в создании нового ментального продукта. Ход мыслительного процесса в одних случаях может быть отражен в речи мыслящего субъекта, в других – нет, т.е. он не связан с речью необходимым образом.

Назовем теперь основные компоненты, задействованные в речевом процессе. При порождении речи исходным компонентом является семантическое состояние (включающее представления субъекта, возникающие у него модели ситуаций, его эмоциональные

переживания), а также мотивирующий импульс к вербализации данного семантического состояния. Далее актуализируются ранее выработанные связи данного семантического состояния с вербальными структурами и семантическими полями, а также происходит активизация иерархических уровней языковых структур. На последнем этапе речевого процесса включается артикуляторный механизм и осуществляется говорение. Основными компонентами процесса понимания речи являются: активизация воспринимающего канала (слухового, зрительного), дешифрующие операции в иерархических языковых структурах и создание ментальной модели ситуации, понимание. Во всех видах речевого процесса его осуществляют механизмы, представленные преимущественно в левой части схемы (см. рис. 10).

Сравнение механизмов мыслительных и речевых процессов позволяет выявить различие и пересечение их сфер действия. Обратим внимание на то, что в речевом процессе – при продуцировании речи и ее восприятии – в начале или конце процесса необходимо наличие важнейшего семантического компонента, для которого адекватен термин «понимание». Данный компонент может быть квалифицирован как наличие модели действительности (ситуации) в когнитивной сфере субъекта. Этот семантический компонент необходим для того, чтобы произносимая речь была полноценной, осмысленной, и чтобы она была понятна слушателю. Такого же типа семантический компонент – понимание, наличие модели действительности (ситуации) – необходим, как показано выше, и в мыслительном процессе.

Таким образом, мы можем заключить, что пересечение речи и мышления происходит в семантическом компоненте – понимании элементов действительности. Для мыслительного процесса этот компонент служит материалом для осуществления необходимых операций; для речевого процесса – стартовой площадкой для вербализации, словесных описаний. Специфика речевого процесса и его основная функция – создание вербального продукта, адекватного семантическому содержанию, и его экстерииоризация. Именно поэтому речь может быть включена в любой психический процесс, содержащий такого рода семантический компонент. Таким процессом может быть не только мышление и восприятие, но и эмоциональное переживание.

1.6 Нарушения речевой функции

Речевые нарушения могут происходить в любом звене речевого механизма: произносительном, воспринимающем, смысловом.

Распространенным произносительным дефектом является заикание. Порой оно имеет тяжелые формы и доставляет страдание заикающемуся человеку, накладывая отпечаток на всю его жизнь. Более легкие дефекты проявляются в форме несовершенства произнесения отдельных звуков или их сочетаний. Произносительные дефекты речи в большинстве случаев поддаются коррекции, хотя нередко требуют от человека упорной работы под руководством специалиста-психолога, логопеда. Отклонения в восприятии устной речи связаны с нарушением слухового анализатора, причем как в его периферической, так и центральной части. Изменения восприятия речевых звуков могут проявляться в полной глухоте, разной степени снижении чувствительности ко всем речевым звукам или к отдельным из них. Нарушения смыслового звена речи обычно наступают в результате повреждения мозговых речевых зон, что может происходить из-за мозговых травм разной этиологии – нарушения мозгового кровообращения, механических воздействий.

Возникающая полная или частичная потеря речи называется афазией. Существуют различные ее формы:

- моторная (больной испытывает трудности в произнесении слов);
- сенсорная (больной не понимает устную речь или написанные слова);
- синтаксическая (больной не может соединять слова или не понимает фразы);

- амнестическая (больной испытывает затруднения в назывании предметов);
- глобальная, представляющая сочетание различных форм.

Нарушения речи разного характера обнаруживаются в ходе онтогенеза детей, имеющих отягченную наследственность, патологию внутриутробного развития или родовую травму. Основной формой речевых отклонений бывают задержки развития разной степени глубины и проявления. При патологии речи требуется помощь специалистов разного профиля: медиков, педагогов, психологов. Психологи, как правило, включаются в постановку дифференцированного диагноза, при котором принимаются во внимание общие теоретические представления о природе и психологических механизмах наблюдаемого дефекта, а также в разработку плана и средств коррекции дефекта.

Вопросы для самопроверки и обсуждения

1. В чем различие речи человека и звуковой сигнализации животных?
2. Общая характеристика и соотношение понятий: язык и речь.
3. Функции, виды речи.
4. Чем отличается письменная речь от устной? Как эти различия должны учитываться в практической деятельности психолога?
5. Что представляет собой язык как общественно-историческое явление?
6. Раскройте психологическое содержание восприятия устной речи.
7. Раскройте связи речи и мышления.
8. Как связаны речь и язык.
9. Опишите психологическую структуру речевого действия.

Практические задания

1. *Работа с ключевыми понятиями:* речь, язык, функции речи, виды речи (внешняя, внутренняя, эгоцентрическая; устная, письменная, монологическая, диалогическая), свойства речи (содержательность, понятность, выразительность).

Задание 1. Составьте схему «Виды речи».

Задание 2. Соответствие между содержанием и названием теорий, объясняющих процесс формирования речи

Название теории	Содержание
а) теория знаков Л.С. Выготского; б) теория научения; в) теория специфических задатков; г) когнитивная теория Ж. Пиаже; д) психолингвистические позиции развития речи.	1. Ребенок обладает врожденной потребностью и способностью подражать звукам. 2. В организме и мозге с рождения имеются специфические задатки к усвоению речи. 3. Развитие речи зависит от присущей с рождения ребенку способности воспринимать и интеллектуально перерабатывать информацию. 4. Речевое развитие представляет собой циклически повторяющиеся переходы от мысли к слову и от слова к мысли. 5. На более высоких ступенях развития наглядно-образное мышление превращается в словесно-логическое. 6. Слово является тем «знаком», который позволяет развиваться человеческому мышлению.

Задание 3. Какие из приведенных выражений характеризуют речь, а какие – язык? Ответы аргументируйте.

1. Средство хранения и передачи познавательного и трудового опыта многих поколений.

2. Система исторически сложившихся словесных знаков как средство общения.
3. Деятельность общения людей для передачи мыслей, выражения чувств, воли.
4. Психическая деятельность, которая проявляется как процесс общения.

Задание 4. Представьте в виде логической схемы-обобщения предложенные понятия и термины, дополните при необходимости.

Речь, сообщение, обозначение, функции речи, выражение, воздействие, диалогическая, формы устной речи, активная, письменная, устная, кинетическая, классификация, виды речи, монологическая, пассивная, внешняя, внутренняя.

Задание 5. Разведите признаки языка и речи:

язык	<ol style="list-style-type: none"> а) исторически сложившееся средство общения; б) выражает психологические особенности отдельно взятого человека; в) развивается относительно независимо от человека, по законам, не связанным ни с его психологией, ни с его поведением; г) отражает психологию народа;
речь	<ol style="list-style-type: none"> д) система условных знаков, с помощью которых передаются сочетания звуков, имеющих для людей определенное значение и смысл; е) наиболее совершенная, присущая человеку деятельность, передающая мысли и чувства.

Самостоятельная работа

Темы докладов и рефератов

1. Специфика изучения речи и языка в психологии.
2. Феномен эгоцентрической речи.
3. Развитие и взаимосвязь речи и мышления.
4. Теории усвоения языка и развития речи.
5. Структура языка и речевой деятельности.
6. Особенности речи детей дошкольного возраста.
7. Нарушения речевого развития у детей раннего и дошкольного возраста.

Рекомендуемая литература

1. Психология: учеб. для гуманит. вузов / под ред. В.Н. Дружинина. – 2-е изд. – СПб.: Питер, 2009. – 656 с.
2. Нуркова, В.В. Психология: учебник / В.В. Нуркова, Н.Б. Березанская. – М.: Юрайт-Изд, 2007. – 484 с.
3. Выготский, Л.С. Мышление и речь / Л.С. Выготский. – М.: Лабиринт, 1999. – 352 с.
4. Жинкин, Н.И. Язык. Речь. Творчество / Н.И. Жинкин. – М.: Лабиринт, 1998. – 368 с.
5. Залевская, А.А. Введение в психолингвистику / А.А. Залевская. – М.: РГГУ, 1999. – 348 с.
6. Зарецкая, Е.И. Риторика: Теория и практика речевой коммуникации – 3-е изд., исправленное / Е.И. Зарецкая – М.: Высшая школа, 2001. – 480 с.
7. Леонтьев, А.А. Основы психолингвистики / А.А. Леонтьев. – М.: Смысл, 1997. – 287 с.
8. Петренко, В.Ф. Основы психосемантики / В.Ф. Петренко. – 3-е изд. – М.: Эксмо, 2010. – 480 с.

РАЗДЕЛ III ПСИХИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА

ТЕМПЕРАМЕНТ

1.1 Понятие «темперамент»

Темперамент является одним из наиболее значимых свойств человека, поскольку определяет наличие многих психических различий между людьми. Темперамент рассматривается как *биологическое свойство*, определяющее динамику психической жизни, проявляющееся в динамике его психических процессов, в быстроте и силе его реакции, в эмоциональном тоне его жизнедеятельности. «Индивидуально своеобразная, природно-обусловленная совокупность динамических проявлений психики» по Н.С. Лейтесу, А.В. Петровскому.

К свойствам темперамента относятся, прежде всего, врожденные и индивидуально-своеобразные свойства человека. Темперамент оказывает существенное влияние на формирование характера и поведения человека, определяя его поступки и индивидуальность. Он выступает как бы связующим звеном между организмом, личностью и познавательными процессами. Это зависит от индивидуально-психологических особенностей личности (характер, способности, мотивационная сфера), придающих своеобразную окраску всей деятельности и поведению человека. К таким устойчивым особенностям, обеспечивающим типичное поведение и проявляющимся в деятельности и общении, относят и темперамент.

Создателем учения о темпераменте считается древнегреческий врач Гиппократ (ок. 460–377 гг. до н. э.). Опираясь на его учение, Клавдий Гален (ок. 130–ок. 200 гг.) разработал типологию из 13 типов темпераментов, которые впоследствии были сведены до 4-х основных. Эти четыре типа темперамента сохранились и используются в психологии до сих пор: сангвиник (от лат. *sanguis* – кровь), флегматик (от греч. *phlegma* – слизь, мокрота), холерик (от греч. *chole* – желчь) и меланхолик (от греч. *melis chole* – черная желчь). Данная концепция имела огромное влияние на ученых вплоть до середины XVIII века.

Таким образом, **темперамент** – это совокупность индивидуальных, относительно устойчивых психодинамических свойств психики человека, проявляющихся в его поведении и деятельности. Основными компонентами темперамента являются:

- *общая активность индивида* – группа качеств, обуславливающих направленность человека на эффективное освоение внешней действительности, ее преобразование. Активность проявляется в стремлении к продолжению начатой деятельности, в энергичности производимых действий, в силе, выносливости, в разнообразии производимых действий и т.д.;

- *двигательный или моторный* компонент, характеризующий мышечную и речевую моторику. Он проявляется в динамических характеристиках речи и движений (темп, ритм, резкость и стремительность замедленность движений, их сила, амплитуда и пр.);

- *эмоциональность* – группа качеств, характеризующих особенности возникновения, протекания и прекращения эмоциональных процессов, определяя знак (положительный или отрицательный) и модальность (радость, горе, страх, печаль, гнев). В качестве основных характеристик эмоциональности выделяют впечатлительность, импульсивность и эмоциональную стабильность.

Каждый из этих компонентов, в свою очередь, обладает весьма сложным многомерным строением и разными формами психологических проявлений. Активность

поведения характеризует степень энергичности, стремительности, быстроты, или, наоборот, медлительности, инертности.

Темперамент человека влияет на:

– скорость протекания психических процессов и их устойчивость (например, скорость воспроизведения, устойчивость внимания и скорость его переключения, подвижность мыслительных процессов);

– интенсивность реагирования на эмоциогенные раздражители (впечатлительность, сила эмоциональных переживаний, скорость смены эмоциональных состояний);

– скорость и силу моторных реакций, процессов (походка, мимика, пантомимика, жесты, речь и т. д.);

– избирательность психической деятельности и поведения (стремление к общению, к шумным компаниям или склонность к уединению, замкнутость).

1.2 Физиологические основы темперамента

Темперамент относится к биологически обусловленным структурам психики человека, следовательно, тип темперамента зависит от врожденных анатомо-физиологических особенностей. И.П. Павлов и его последователи научно доказали непосредственную и прямую зависимость типа темперамента от общего типа нервной системы. У разных людей основные нервные процессы – возбуждение и торможение – различны по *силе, уравновешенности и подвижности* (свойства нервных процессов).

Сила возбуждения проявляется в функциональной выносливости, то есть в способности выдерживать длительное или кратковременное, но сильное возбуждение, не переходя при этом в противоположное состояние торможения. Сила торможения проявляется в способности к образованию различных тормозных условных реакций.

Уравновешенность нервных процессов означает соответствие силы возбуждения силе торможения. Подвижность нервных процессов характеризуется быстротой и легкостью сменяемости процессов возбуждения и торможения. Эти особенности нервных процессов, сочетаясь, образуют типы нервной системы. Типы темперамента различаются между собой по динамике возникновения и интенсивности эмоциональных состояний. Для холерика характерны быстро возникающие и сильные чувства, для сангвиника – быстро возникающие, но слабые чувства, для меланхолика – медленно возникающие, но сильные чувства, для флегматика – медленно возникающие и слабые чувства. Кроме этого, для холерического и сангвинического темпераментов свойственны – быстрота движений, общая подвижность и сильное внешнее выражение чувств (в движениях, речи, мимике). Меланхолическому и флегматическому темпераментам, наоборот, присущи медлительность в движениях и слабое выражение чувств.

В настоящее время наука располагает достаточным количеством фактов, чтобы дать полную психологическую характеристику всех четырех типов темперамента. Для этой цели выделяют следующие основные свойства темперамента:

Сензитивность – возникновение психической реакции на внешний раздражитель наименьшей силы и скорость возникновения этой реакции (выражает способность органов чувств воспринимать, различать и реагировать на слабые стимулы).

Реактивность – степень произвольности реакций на внешние или внутренние воздействия одинаковой силы (критическое замечание, обидное слово, резкий тон).

Активность – степень интенсивности (энергичности) воздействия человека на внешний мир и преодоления препятствий в достижении целей (настойчивость, целеустремленность).

Соотношение реактивности и активности определяет, от чего в большей степени зависит деятельность человека: от случайных внешних или внутренних обстоятельств (настроение, случайные события) или от целей, намерений, убеждений.

Пластичность и ригидность свидетельствуют о том, насколько легко человек приспосабливается к новым условиям (пластичность) или насколько он инертен, не чувствителен к изменению условий (ригидность).

Темп реакций характеризует скорость протекания различных психических реакций, процессов (темп речи, динамика жестов, быстрота ума).

Эмоциональная возбудимость характеризуется тем, насколько слабое воздействие необходимо для возникновения эмоциональной реакции и с какой скоростью она возникает.

Экстраверсия – обращенность сознания и внимания человека в основном на то, что происходит вокруг него (направленность на внешний мир, окружающих людей, события, предметы).

Интроверсия – обращенность сознания человека к самому себе, поглощенность собственными проблемами и переживаниями, сопровождаемая ослаблением внимания к тому, что происходит вокруг.

1.3 Типы темперамента и их характеристика

Различные сочетания закономерно связанных между собой свойств темперамента называют типами темперамента. Учитывая все перечисленные выше свойства, **Я. Стреляу** предлагает следующие психологические характеристики основных классических типов темперамента:

Сангвиник отличается *малой чувствительностью* (имеет высокий порог чувствительности, поэтому не замечает очень слабых звуковых и световых раздражителей). Это человек с *повышенной реактивностью*, но при этом *активность и реактивность* у него *уравновешены*. Он живо и возбужденно откликается на все, что привлекает его внимание. Активно и энергично 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 присущ *высокий темп реакций* (быстрые движения, живая мимика, гибкость ума, находчивость, активное включение в новую работу). *Высокая пластичность* проявляется в изменчивости чувств, настроений, интересов, стремлений; сангвиник легко сходится с новыми людьми, быстро привыкает к новым требованиям и обстановке, без усилий переключается с одной работы на другую, переучивается, овладевает новыми знаниями. Как правило, *экстраверт* (в большей степени откликается на внешние впечатления, чем на субъективные образы и представления о прошлом и будущем).

Холерик, как и сангвиник, отличается *малой чувствительностью, высокой реактивностью и активностью*. Но у холерика *реактивность* явно *преобладает над активностью*, поэтому он несдержан, нетерпелив, вспыльчив. Характерен *высокий темп реакций* (быстрая речь, живая мимика, высокая скорость протекания психических процессов, активная жестикуляция). Он *менее пластичен и более инертен*, чем сангвиник; отсюда – большая устойчивость стремлений и интересов, возможны затруднения в переключении внимания с одной работы на другую. Скорее *экстраверт*.

Флегматик обладает *малой чувствительностью и низкой эмоциональной возбудимостью*. Характерна *высокая активность, значительно преобладающая над малой реактивностью*. Поэтому он энергичен, работоспособен, но при этом отличается терпеливостью, выдержкой, самообладанием. Свойствен *низкий темп реакций*: бедная мимика, движения, так же

как речь, не выразительны и замедленны. *Низкая пластичность* (высокая ригидность) проявляется в том, что он трудно сходится с новыми людьми, приспосабливается к новой обстановке, медленно перестраивает навыки и привычки, с трудом переключает внимание с одной деятельности на другую. *Интроверт* (слабо откликается на внешние впечатления).

Меланхолик обладает *высокой чувствительностью*, и это приводит к тому, что незначительный повод может вызвать у него слезы, обиду. Характерны *низкий темп реакций* (мимика и движения невыразительны, голос тихий, замедленный темп всех психических процессов), *малая активность и реактивность* (неэнергичен, ненастойчив, легко утомляется, отличается низкой работоспособностью, не уверен в себе, робок, малейшая трудность заставляет его опускать руки). Большинство меланхоликов – *интроверты*.

В чистом виде, как правило, типы темперамента в жизни не встречаются. Поэтому, определяя темперамент человека, обычно говорят о преобладании тех или иных его черт. Один и тот же человек в различных ситуациях и по отношению к разным сферам жизни и деятельности может обнаруживать черты разных темпераментов. Темперамент не определяет способности и одаренность человека. Большие способности могут встречаться одинаково часто при любом темпераменте.

1.4 Основные подходы к исследованию темперамента

Теоретическое осмысление природы темперамента привело к обоснованию трех основных направлений, два из которых, скорее, представляют исторический интерес. Первое направление – гуморальное – определяло темперамент через соотношение жидкостей в организме. Второе – конституциональное – исходит из различий в строении тела и соотношения его различных частей. Третье направление связывает типы темперамента с деятельностью центральной нервной системы.

Конституционные теории темперамента (Кречмер, Шелдон). Основной идеей подхода, первым шагом к классификации индивидуальных психических черт стало установление корреляции между типами телесной конституции.

Астенический тип телосложения характеризуется, прежде всего, сочетанием среднего роста по высоте и слабого роста по ширине, от чего люди этого типа кажутся выше, чем на самом деле. Его общая картина представляет собой худого человека с узкими плечами, тонкими руками и кистями, длинной и узкой грудной клеткой, лишенным жира животом. Лицо астеника обычно длинное, узкое и бледное, в профиле резко выступает несоответствие между удлиненным носом и небольшой нижней челюстью, и поэтому по форме его называют угловым.

Атлетический тип отличает сильное развитие скелета и мускулатуры, туловище по ширине значительно уменьшается книзу. Люди этого типа обладают средним или высоким ростом, широкими плечами, статной грудной клеткой, упругим животом. Голова у атлетов плотная и высокая, она прямо держится на сильной свободной шее, а лицо имеет обычно вытянутую яйцевидную форму.

Пикнический выделяется сильным развитием внутренних полостей тела (головы, груди, живота) – при слабом двигательном аппарате (плечевого пояса и конечностей). Пикники – люди среднего роста с плотной фигурой, их глубокая створчатая грудная клетка переходит в массивный, склонный к ожирению живот. Лицо напоминает пятиугольник – широкое, мягкое, закругленное. По общему эстетическому впечатлению лица астенического и атлетического типа – интереснее, пикнического – правильнее.

Структура темперамента в теории В.М. Русалова. В.М. Русалов при создании своей теории темперамента опирался на учение П.К. Анохина об акцепторе действия и данные нейропсихологии. Новые теоретические представления позволили ему трактовать темперамент как систему формальных поведенческих измерений, отражающих наиболее фундаментальные особенности различных блоков функциональной системы. Если рассматривать всю человеческую жизнедеятельность в виде континуума поведенческих актов, то каждый из них можно представить как структуру из четырех блоков: афферентного синтеза (сбора сенсорной информации по всем каналам), программирования (принятия решения), исполнения и обратной связи.

Поскольку темперамент и есть результат системного обобщения биологических свойств, то должно существовать соответствие между блоками теории функциональных систем и формальными аспектами поведения человека, т.е. составляющими темперамента. В.М. Русалов настаивает на том, что взаимодействие с миром предметным (субъект-объектное) и миром социальным (субъект-субъектное) обладают совершенно различным смыслом и содержанием, в связи с чем эти аспекты человеческой активности могут иметь и разные формально-динамические характеристики. Он выделяет четыре блока в структуре темперамента, каждый из которых выражает степень напряженности взаимодействия организма со средой; степень трудности переключения с одних программ поведения на другие; степень быстроты исполнения той или иной программы поведения; чувствительность к возможному несовпадению реального результата действия.

В результате были определены следующие *шкалы темперамента*:

- предметная (желание умственного и физического напряжения) и социальная (открытость для общения, широту контактов) эргичность;
- предметная (вязкость или гибкость мышления, способность переключаться с одного вида деятельности на другой) и социальная (сдержанность или расторможенность в общении) пластичность;
- предметный (скорость моторно-двигательных операций) и социальный (речедвигательная активность, способность вербализации) темп;
- предметная (мера чувствительности к расхождению реального результата и желаемого) и социальная (ощущение уверенности в процессе общения, эмоциональную сензитивность) эмоциональность.

Данная концепция детально разработана и располагает диагностическим методом – опросником структуры темперамента (ОСТ).

Факторные (психологические) теории темперамента Психологические теории темперамента называют факторными по очень простой причине – в этих теориях для выявления черт используется метод факторного анализа, который дает возможность описать структуру изучаемого явления. Первые попытки проанализировать структуру черт темперамента предпринимались в начале XX века. В 1906 году голландские исследователи Г. Хейманс и Е. Вирсма провели исследования, абстрагирующиеся от строения и функций организма. Они разработали специальный вопросник, с помощью которого выделили 3 основные, биполярные характеристики темперамента:

- эмоциональность – отсутствие эмоциональности (частота и сила возникновения эмоциональных реакций на ситуацию);
- активность – пассивность в разных социальных ситуациях;
- преобладание первичных – преобладание вторичных функции (преобладание первичных функций свидетельствует о сильной реакции на возникающие во внешней среде стимулы; преобладание вторичных функций – о слабой непосредственной реакции, сочетающейся с длительным ее сохранением).

Характеристики темперамента, выделенные таким образом, в значительной степени различаются у разных авторов, – как по количеству, и по содержанию. Так, С. Берг (1937) наиболее существенными для темперамента считал три фактора эмоциональности:

- общая эмоциональность (эмоциональная неустойчивость);
- стенические – астенические (экспрессивные – заторможенные) эмоции;
- положительные – отрицательные эмоции.

Дж. Гилфорд создал 13-факторную структуру свойств темперамента, которые впоследствии были обобщены в четыре независимых суперфактора: вспыльчивость – сдержанность, реализм, высокая – низкая эмоциональность, высокая – низкая способность к социальной адаптации.

Одно из современных течений в научном исследовании темперамента представлено Пермской психологической школой, основателем которой был В.С. Мерлин.

Он рассматривал **темперамент как особый психодинамический уровень в структуре интегральной индивидуальности**. Последняя состоит из следующих уровней: биохимического, соматического, нейродинамического, психодинамического (собственно темперамента), уровня свойств личности, уровня социальных ролей. В структуре темперамента различаются:

- *экстраверсия* как зависимость психической деятельности от наличной объективной ситуации;
- *психодинамическая тревожность* как предрасположенность к реакции избегания в ожидании угрожающей ситуации;
- *реактивность* как интенсивность реакции в ответ на поступающую стимуляцию;
- *импульсивность* как скорость, с которой эмоция становится побудительной силой действия;
- *эмоциональная устойчивость* как способность к контролю эмоций;
- *эмоциональная возбудимость* как интенсивность эмоциональных переживаний;
- *активность* как целенаправленная деятельность;
- *ригидность* как неспособность корректировать программу деятельности в соответствии с требованиями ситуации.

В.С. Мерлин вводит понятие зоны неопределенности и индивидуального стиля деятельности. *Зона неопределенности* предполагает, что человек осознанно или неосознанно принимает решение о выборе способа деятельности на основе:

- 1) оценки индивидуальных свойств и собственных возможностей;
- 2) определения расхождения между имеющимися способами деятельности и объективными задачами;
- 3) учета разной степени побуждения к действию.

Под *индивидуальным стилем деятельности* понимается своеобразная система психологических средств, к которым сознательно или стихийно прибегает человек в целях наилучшего уравнивания своей (типологически обусловленной) индивидуальности с предметными условиями деятельности.

1.5 Понятие индивидуального стиля деятельности

Индивидуальный стиль деятельности – это обусловленная типологическими особенностями устойчивая система приемов, способов, методов, которая складывается у личности в процессе деятельности и целесообразна для достижения успешного результата. В процессе деятельности человек выбирает такие приемы и способы выполнения действий, которые в наибольшей степени соответствуют его темпераменту. Например, на основе инертности нервных процессов возникает пунктуальность, склонность не отрываться от начатого дела, легко осуществляются плавные движения, стереотипные способы реализации задач. А на основе подвижности стихийно складываются противоположные черты.

Из совокупности таких произвольных форм реагирования складываются вполне сознательно применяемые и целенаправленные системы действий, приемов, которые характеризуют индивидуальный стиль. Следует помнить, что результаты работы не зависят от типа темперамента человека, который ее выполняет. От особенностей темперамента в большей степени будут зависеть способы деятельности, которые человек будет выбирать. То, что в зависимости от темперамента люди различаются не конечными результатами, а способами их достижения, заметил Б.М. Теплов. В поведенческом общении можно и нужно предвидеть особенности реакции лиц с разным типом темперамента и адекватно на них реагировать.

Вопросы для самопроверки и обсуждения

1. Дайте определение темперамента.
2. Охарактеризуйте структуру темперамента.
3. Какой критерий для выделения типов темперамента предложил П.Ф. Лесгафт?
4. Охарактеризуйте существующие методы исследования темперамента.
5. Что такое тип высшей нервной деятельности по И.П. Павлову?
6. Что такое тип темперамента?
7. Дайте характеристику основных типов темперамента.
8. Охарактеризуйте основные способы приспособления типа темперамента к условиям деятельности.
9. Что такое индивидуальный стиль деятельности?

Практические задания

Работа с ключевыми понятиями: темперамент, свойства нервной системы, сила нервных процессов, уравновешенность нервных процессов, подвижность нервных процессов, тип высшей нервной деятельности, тип темперамента, свойства темперамента, холерик, флегматик, меланхолик, сангвиник, интровертированность, экстравертированность, лабильность, сензитивность, пластичность, ригидность.

Задание 1. Заполнить таблицу

Таблица – Соотношение свойств, типа нервной системы и темперамента

Свойства нервной системы	Тип нервной системы			
Сила				
Уравновешенность				
Подвижность				
Темперамент				

Задание 2. С учетом особенностей темперамента, составить рекомендации по учебно-воспитательной работе с учащимися согласно их типам темперамента.

Задание 3. Самодиагностика. Определите собственный тип темперамента. Составьте перечень своих сильных и слабых сторон, предложите варианты компенсации имеющихся недостатков. Методика «Опросник Я. Стреляу». Опросник Г. Айзенка.

Задание 4. Назовите свойства темперамента, о проявлении которых можно судить по следующим признакам:

- 1) какова степень произвольности реакций на внешние и внутренние воздействия одинаковой силы (резкий звук, замечание);
- 2) какова наименьшая сила воздействия, нужная для возникновения психической реакции;
- 3) насколько легко и гибко приспосабливается человек к внешним воздействиям или, наоборот, насколько косо его поведение;
- 4) насколько слабое воздействие необходимо для возникновения эмоциональной реакции;
- 5) от чего преимущественно зависит реакция и деятельность человека – от внешних впечатлений или от образов, представлений, мыслей, связанных с прошлым и будущим;
- 6) от чего в большей степени зависит человеческая деятельность: случайных внешних или внутренних обстоятельств или от целей, намерений, стремлений, убеждений человека;
- 7) с какой степенью энергичности человек воздействует на внешний мир и преодолевает препятствия для достижения целей;

а) сензитивность; б) активность; в) реактивность; г) соотношение реактивности и активности; д) пластичность – ригидность; е) эмоциональная возбудимость; ж) экстраверсия – интроверсия.

Задание 5. Различия между детьми по темпераменту требуют и различной педагогической тактики. Учитывая данный факт, вставьте в предложение соответствующий тип темперамента.

Детей с _____ темпераментом приходится удерживать от бурных реакций, приучать к сдержанности, самообладанию.

У детей с _____ темпераментом приходится поддерживать веру в свои силы, поощрять их активность.

Ученику с _____ темпераментом труднее, чем другим, выработать у себя быстроту и энергичность действий.

Ученика с _____ темпераментом отличают стабильность и высокая работоспособность, но при отрицательных воспитательных воздействиях он может демонстрировать низкую сосредоточенность, поспешность или поверхностность.

Самостоятельная работа

Темы рефератов

1. Основные свойства нервной системы и темперамент.
2. Темперамент и характер человека.
3. Влияние свойств темперамента на профессиональную деятельность.
4. Достоинства и недостатки различных типов темперамента.
5. Темперамент и индивидуальный стиль деятельности.
6. Зависимость стиля общения от свойств темперамента.

Рекомендуемая литература

1. Гиппенрейтер, Ю.Б. Введение в общую психологию. Курс лекций: Учеб. пособие / Ю.Б. Гиппенрейтер. – М.: «ЧеРо»; «Юрайт», 2001. – 336 с.
2. Котова, И.Б. Общая психология: Учебное пособие / И.Б. Котова, О.С. Канаркевич. - М.: Дашков и К, Академцентр, 2013. - 480 с.
3. Мадди, С. Теории личности: сравнительный анализ / С. Мадди. – СПб.: Изд-во «Речь», 2002. – 539 с.
4. Нуркова, В.В. Общая психология: Учебник / В.В. Нуркова, Н.Б. Березанская. – Люберцы: Юрайт, 2016. - 524 с.
5. Общая психология: учебник / Л.А. Вайнштейн, В.А. Поликарпов, И.А. Фурманов. – Мн.: Современ, шк., 2009. - 512 с.
6. Психология XXI века: учебник для вузов / под ред. В.Н. Дружинина. – М.: ПЕРСЭ, 2003. – 863 с.
7. Шадриков, В.Д. Общая психология: Учебник для академического бакалавриата / В.Д. Шадриков, В.А. Мазилков. – Люберцы: Юрайт, 2016. – 411 с.

ХАРАКТЕР

1.1 Понятие «характер»

Термин **характер** в более «узком» значении понимается как *совокупность психологических свойств человека, определяющих его индивидуальность и выражающих типичное отношение личности к действительности.*

Характер – это совокупность устойчивых черт личности, определяющих отношение человека к людям, к работе, к происходящим вокруг него событиям, а также его

целенаправленные действия, называемые поступками. Смысл выражения «это характерно для него» заключается в том, что определенные действия, поступки человека являются для него типичными, закономерными. Характер человека как бы накладывает определенный отпечаток на его поведение, взаимоотношения с другими людьми. Отпечаток может оставить «тяжелый» след в случае, если у человека тяжелый характер; но этот след может быть и «легким», «приятным», «веселым» и т.п. Таким образом, в проявлениях характера мы сталкиваемся с интеграцией содержательного (личностного) и формально-динамического (индивидуального). Характер обусловлен общественным бытием личности, усвоением социального опыта, что порождает типические черты характера, определяемые типическими обстоятельствами жизни людей в конкретно-исторических условиях. В единстве с социально-типическим в характере выступает его индивидуальное своеобразие, порождаемое неповторимыми ситуациями личной жизни.

1.2 Структура, черты и особенности характера

Наиболее принята точка зрения на структуру характера как на закономерную зависимость между отдельными его чертами. Другими словами, как и в психологии личности, господствующим направлением исследования характера является теория черт. *Черты характера* – индивидуальные, привычные формы поведения человека, в которых отражается его отношение к действительности. В связи с наличием у человека множества разных черт характера возникает задача их классификации или разделения на группы. Так, чаще всего черты характера человека делят на три группы: волевые, деловые и коммуникативные. Существует также разделение черт характера человека на мотивационные и инструментальные. В целом на характер можно распространить классификации черт личности человека, поскольку между личностью и характером есть много общего. Во-первых, это те свойства личности, которые определяют выбор и предпочтение человеком тех или иных видов и целей деятельности. Во-вторых, в структуру характера включены черты личности, которые относятся к действиям, направленным на достижение поставленных целей. Это настойчивость, целеустремленность, последовательность и др. В-третьих, в состав характера входят также черты личности, непосредственно связанные с темпераментом. Это экстраверсия – интроверсия, спокойствие – тревожность, сдержанность – импульсивность, гибкость – ригидность и др.

Черта характера включает в себя три компонента:

1. определенный способ мышления – чувство юмора, критичность ума, любознательность и т.д.
2. волевой компонент – целеустремленность, решительность и т.д.;
3. чувства (эмоциональный компонент) – романтизм, холодность, мечтательность, пессимизм, экспрессивность и т.д.;

Выделяются *4 аспекта мира*, на основе отношения к которым формируются черты характера (предложил А.В. Петровский):

– *отношение к делу*: добросовестность и исполнительность, серьезность, энтузиазм, ответственность за порученное дело, озабоченность своими результатами; противоположные качества – недобросовестность, безответственность, пассивность и т. д.,

– *отношение к другим людям* (родственникам и близким, друзьям, товарищам по работе и учебе, знакомым и малознакомым и т.д.): устойчивая и неустойчивая привязанность, принципиальность и беспринципность, общительность и замкнутость, отзывчивость и грубость и т.п.,

– *отношение к себе*: самолюбие, чувство собственного достоинства, самоотверженность; или неуверенность в своих силах, себялюбие, эгоизм,

– *отношение к вещам*: аккуратное и бережное отношение к вещам, одежде, обуви, книгам, вообще к собственности и т.п.

Между отношением к другим людям и отношением к себе находится промежуточное отношение – отношение людей к самому человеку.

1.3 Акцентуации и формирование характера

Карл Леонард, немецкий невролог, психиатр и психолог, разработал получившую широкое распространение в психиатрии и медицинской психологии концепцию «акцентуированных личностей». Акцентуация характера означает чрезмерную выраженность отдельных его черт, которая может быть скрытой или явной, переходить одна в другую под влиянием различных факторов: особенностей семейного воспитания, социального окружения, профессиональной деятельности и учебы, психофизиологических особенностей и физического здоровья. При этом у индивида проявляется повышенная уязвимость к одним стрессогенным факторам при его устойчивости по отношению к другим. Слабое звено в характере человека зачастую обнаруживается лишь в тех трудных ситуациях, которые с необходимостью требуют активного функционирования именно этого звена. Все другие трудности, не затрагивающие уязвимых точек характера данного индивида, могут переноситься им без напряжения и срывов, не доставляя никаких неприятностей ни окружающим, ни ему самому. Согласно К. Леонарду, акцентуированные черты характера имеют склонность перейти в патологию и не столь многочисленны, как варианты черты.

Психопатии – это такие аномалии характера, которые, по П. Б. Ганнушкину "определяют весь психический облик индивидуума, накладывая на весь его душевный склад свой властный отпечаток", "в течение жизни... не подвергаются сколько-нибудь резким изменениям", "мешают... приспособляться к окружающей среде". Эти три критерия были обозначены О. В. Кербиковым (1962) как тотальность и относительная стабильность патологических черт характера и их выраженность до степени, нарушающей социальную адаптацию.

При психопатиях декомпенсации, острые аффективные и психопатические реакции, социальная дезадаптация возникают от любых психических травм, в самых разнообразных трудных ситуациях, от всевозможных поводов и даже без видимой причины. При акцентуациях нарушения возникают только при определенном роде психических травмах, в некоторых трудных ситуациях, а именно лишь тогда, когда они адресуются к "месту наименьшего сопротивления", к "слабому звену" данного типа характера.

В зависимости от степени выраженности различают явные и скрытые акцентуации характера. Явные акцентуации относятся к крайней границе нормы и отличаются постоянными чертами определенного типа характера. Скрытая акцентуация представляет собой обычный вариант нормы, выраженный слабо или не выраженный совсем. Классификация типов акцентуации характера представляет значительную сложность. Одна из наиболее полных современных типологий характера разработана А.Е. Личко (на материале подростков, поскольку большинство акцентуаций характера оформляется к подростковому возрасту и нередко наиболее ярко проявляется именно в нем). Достоинство его типологии заключается в том, что, во-первых, в ней ассимилированы основные идеи предшествующих типологий, во-вторых, она включает в себя описание не только патологических (как, например, у П.Б. Ганнушкина) или акцентуированных (как у К. Леонарда), но и нормальных типов характеров:

– гипертимный тип. Подростки этого типа отличаются подвижностью, общительностью, склонностью к озорству. Зачастую переоценивают свои способности. Бывают слишком самоуверенными;

– циклоидный тип. Характеризуется повышенной раздражительностью и склонностью к апатии. Подростки данного типа предпочитают находиться дома одни. Они тяжело переживают даже незначительные неприятности, на замечания реагируют крайне

раздражительно. Настроение у них периодически меняется от приподнятого до подавленного с периодами примерно в две-три недели;

– лабильный тип. Этот тип крайне изменчив в настроении, причем оно зачастую непредсказуемо. Поводы для неожиданного изменения настроения могут быть самые ничтожные. От сиюминутного настроения этих подростков зависит многое в их психологии и поведении. Соответственно этому настроению настоящее и будущее для них может расцвечиваться то радужными, то мрачными красками. Такие подростки, когда они находятся в подавленном настроении, крайне нуждаются в помощи и поддержке со стороны тех, кто мог бы их настроение поправить, способен их отвлечь, приободрить. Они хорошо понимают и чувствуют отношение к ним окружающих людей;

– астеноневротический тип. Этот тип характеризуется повышенной мнительностью и капризностью, утомляемостью и раздражительностью, особенно часто утомляемость проявляется при выполнении трудной умственной задачи;

– сензитивный тип. Ему свойственна повышенная чувствительность ко всему. Эти подростки не любят больших компаний, слишком азартных, подвижных и озорных игр. Они обычно застенчивы и робки при посторонних людях и потому часто производят впечатление замкнутости. Открыты и общительны они бывают только с теми, кто им хорошо знаком, общению со сверстниками предпочитают общение с малышами и взрослыми. Они отличаются послушанием и обнаруживают большую привязанность к родителям. В юношеском возрасте у таких подростков могут возникать трудности адаптации к кругу сверстников, а также «комплекс неполноценности». Вместе с тем у этих же подростков довольно рано формируется чувство долга, обнаруживаются высокие моральные требования к себе и к окружающим людям. Недостатки в своих способностях они часто компенсируют выбором сложных видов деятельности и повышенным усердием. Эти подростки разборчивы в нахождении для себя друзей и приятелей, обнаруживают большую привязанность в дружбе;

– психоастенический тип. Эти подростки характеризуются ранним интеллектуальным развитием, склонностью к размышлениям и рассуждениям, к самоанализу и оценкам поведения других людей. Такие подростки, однако, нередко бывают больше сильны на словах, чем в деле. Самоуверенность у них сочетается с нерешительностью, а безапелляционность суждений – со скоропалительностью действий, предпринимаемых как раз в те моменты, когда требуется осторожность и осмотрительность;

– шизоидный тип. Наиболее существенной его чертой является замкнутость. Эти подростки не очень тянутся к сверстникам, предпочитают быть одни, находиться в компании взрослых. Они нередко демонстрируют внешнее безразличие к другим людям, отсутствие к ним интереса. Они плохо понимают состояние других людей, их переживания, не умеют сочувствовать. Их внутренний мир зачастую наполнен фантазиями, особыми увлечениями. Во внешнем проявлении своих чувств они достаточно сдержанные, не всегда понятны для окружающих, прежде всего для своих сверстников, которые их, как правило, не очень любят;

– эпилептоидный тип. Эти подростки часто плачут, изводят окружающих, особенно в раннем детстве. Они любят избивать и дразнить младших и слабых. В детской компании они претендуют на лидерство. В группе людей, которыми они управляют, такие подростки устанавливают свои жесткие, почти террористические порядки, причем их личная власть в таких группах держится в основном на добровольной покорности других детей или на страхе;

– истероидный тип. Главная черта этого типа – эгоцентризм, жажда постоянного внимания к своей особе. У подростков данного типа выражена склонность к театральности. Они с трудом выносят, когда в их присутствии хвалят товарищей. Они неспособны выступать как настоящие лидеры, завоевать себе неформальный авторитет, но они часто и быстро терпят фиаско;

– неустойчивый тип. Подростки данного типа обнаруживают повышенную склонность и тягу к развлечениям, причем без разбора, а также к безделью и праздности. У них отсутствуют какие-либо серьезные, в том числе профессиональные интересы. Они совсем не думают о будущем;

– комфортный тип. Для подростков этого типа характерно бездумное, некритическое подчинение любым авторитетам, большинству в группе. Они склонны к морализаторству и консерватизму, их главное жизненное кредо – быть, как все». Это тип приспособленца, который ради своих собственных интересов готов предать товарища, покинуть его в трудную минуту, но, что бы он ни совершил, он всегда найдет оправдание своему поступку, причем нередко не одно.

Вопросы для самопроверки и обсуждения

1. Индивидуальное и типическое в характере.
2. Проявления характера.
3. Акцентуации характера.
4. Структура характера.
5. Типология характера.
6. Взаимосвязь характера и темперамента.
7. Методы исследования характера.
8. Формирование характера.
9. Место характера в общей структуре личности.

Практические задания

Работа с ключевыми понятиями: характер, акцентуация характера, привычка, черта характера, экстраверсия, интроверсия, волевые качества личности, эмоциональные качества личности, интеллектуальные качества личности.

Задание 1. Выберите из приведенного списка слова, которыми можно описать характер.

Медлительность, впечатлительность, общительность, сила эмоциональной реакции, быстрая адаптация, быстрота мышления, впечатлительность, благородство, трудолюбие, скупость, агрессивность, вспыльчивость, оптимизм, неряшливость, решительность, дружелюбие, воля, требовательность, инициативность, настойчивость, ранимость, плаксивость, энергичность, наблюдательность, жизнерадостность, находчивость, сообразительность, наглость, самоуверенность, осторожность, тревожность, изобретательность.

Задание 2. В каком из следующих отношений находятся пары понятий:

1. а) характер - б) темперамент;
2. а) личность - б) характер;
3. а) воля - б) характер;
4. а) акцентуация - б) психопатия;
5. а) психика - б) характер;
6. а) эпилептоидная акцентуация характера - б) эпилепсия;
7. а) воспитание - б) характер.

Задание 3. Ниже перечислены разнообразные характеристики поведения. Определите, людям с какими акцентуациями характера они могут быть свойственны.

Любовь к экстравагантной одежде, эскапизм, богатая экспрессия, недостаток воли, тяга к азартным играм и риску, чувствительность, уход в себя, отсутствие эмпатии, тяга к одиночеству, бесстрастность, тревожность, консервативность, отсутствие застенчивости, сильная привязанность к объекту любви, подозрительность, агрессивность, мечтательность, "бегство в болезнь", быстрая смена настроений, ревность, склонность

к вере в ритуалы и амулеты, эмоциональная холодность, тенденция к лидерству, хвастливость, хорошая интуиция.

Задание 4. Попробуйте предположить, какие особенности и акцентуации характеров способствовали бы выбору и осуществлению названных видов деятельности.

Учитель математики, хирург, драматический артист, художник-абстракционист, поэт, продавец, вышибала в баре, рекламный агент, шпион, парикмахер, часовщик, водитель трамвая, философ, тренер по каратэ, клоун, ювелир, преподаватель музыки, дизайнер.

Задание 5. Самодиагностика. Диагностика акцентуаций характера Леонгарда-Шмишека.

Задание 6. Ниже перечислены различные черты характера. Определите, какие из них выражают: а) отношение человека к другим людям; б) отношение к труду; в) отношение к своей личности?

Чувство собственного достоинства, гуманность, добросовестность, эгоизм, бережливость, чувство превосходства, лень, замкнутость, честность, скромность, инициативность, чувство нового, аккуратность, высокомерие, общительность, чувство чести.

Самостоятельная работа

Темы рефератов

1. Зарубежные и отечественные подходы к типологии характера.
2. Формирование характера в подростковом возрасте.
3. Место характера в общей структуре личности.

Рекомендуемая литература

1. Мерлин, В.С. Очерк теории темперамента / В. С. Мерлин. – М.: Педагогика, 1964. – 304 с.
2. Русалов, В.М. О природе темперамента и его месте в структуре индивидуальных свойств человека / В.М. Русалов // Вопросы психологии. – 1985. – № 11. – С. 19–33.
3. Стреляу, Я. Темперамент / Я. Стреляу. – Пленум-Пресс, 1999. – 467 с.
5. Ильин, Е.П. Психология индивидуальных различий / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2004. – С. 13–18.
6. Купер, К. Индивидуальные различия / К. Купер; под. ред. И.В. Равич-Щербо. – М.: Аспект Пресс, 2000. – С. 24–29.
7. Небылицын, В.Д. Темперамент / В.Д. Небылицын // Психология индивидуальных различий. / под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, В.Я. Романова. – М.: Изд-во МГУ, 1982. – С. 153–159.

СПОСОБНОСТИ

1.1 Понятие «способности» и «задатки»

Каждый человек, обладая уникальными чертами, отличается особенностями реализации деятельности, осуществления различной активности. **Способности** – индивидуально-психологические особенности, являющиеся субъективными условиями успешного осуществления определенного рода деятельности. (Готовность к овладению определенными видами деятельности и их успешное осуществление.)

Б.М. Теплов выделял три особенности, которые отличают способности:

1. индивидуально-психологические особенности человека, отличающие одного от другого;
2. такие особенности, которые имеют отношение к успешности выполнения деятельности;

3. способности не сводятся к имеющимся у индивида знаниям, умениям и навыкам. Они обнаруживаются в быстроте, глубине и прочности овладения способами и приемами деятельности.

Способности формируются в деятельности на основе задатка. Способности врожденными быть не могут, врожденными могут быть задатки. **Задатки** – анатомо-физиологические особенности, лежащие в основе формирования и развития способностей. Анатомо-физиологические особенности – особенности нервной системы и ее функционирования. Таким образом, задатки – условия развития способностей, предпосылки. Для проявления задатков необходимы социальные условия в специальных формах обучения.

Можно представить в виде направленного вектора – где есть исходно задатки и с динамикой личности развиваются способности. Результат определенного развития личности – способности. Не всегда задатки превращаются в способности. Это зависит от индивидуального развития. Например, семьи великих композиторов – Бах, Моцарт. Или другой пример, если человек, родившись в семье медика, не становится медиком, то различные термины, названия многих лекарств и пр. особенности медицинской профессии может объяснить. Потому что человек находится с рождения в этой среде, ему легко усваивать то, что является условиями его среды развития, это включается в его любую деятельность. В процессе формирования задатков и развития на их основе способностей формируется функциональный орган реализации определенной деятельности.

1.2 Типологии способностей

Так, для *биологических (природных) способностей* необходимо, в первую очередь, наличие хороших врожденных задатков. Обучение и воспитание, безусловно, оказывают положительное влияние на формирование этих способностей, однако конечный результат, который может быть достигнут в их развитии, существенно зависит от данных человеку от рождения, а не приобретенных задатков. К примеру, если ребенок имеет с рождения высокий рост и неплохие задатки к развитию точных, координированных движений, то при прочих равных условиях он сможет добиться больших успехов в развитии своих спортивных способностей, связанных, например, с игрой в баскетбол, чем тот ребенок, который подобных задатков не имеет.

Социально обусловленными называются способности, формирование и развитие которых у человека гораздо больше зависит от его обучения и воспитания, чем от имеющихся у него врожденных задатков. Такими, например, являются организаторские способности, коммуникативные способности, способности, связанные с правильным поведением в обществе среди людей и многие другие. Приобретенными являются и высшие способности человека, связанные с выполнением различных видов профессиональной деятельности. Однако вопрос о зависимости их развития от организма или среды до сих пор остается открытым.

Общими обычно называют способности, которые имеются практически у всех людей, будучи в различной степени развитыми у них. К числу общих способностей относят такие, при наличии которых человек может успешно справляться со многими различными видами деятельности. Общими в указанном смысле слова являются, например, умственные и двигательные способности человека (тонкость и точность ручных движений), развитая память, совершенная речь и ряд других.

Специальными являются способности, которые, во-первых, обнаруживаются не у всех, а только у некоторых людей, во-вторых, при наличии таких способностей человек может успешно справляться только со специальными видами деятельности и не справляться с другими видами деятельности. К **специальным способностям** относят музыкальные, математические, лингвистические, технические, литературные, художественно-творческие, спортивные и ряд других. Наличие у человека общих способностей

не исключает развития специальных и наоборот. Нередко общие и специальные способности сосуществуют, взаимно дополняя и обогащая друг друга.

Предметные – это способности, которые проявляются в различных видах деятельности, связанных с неодушевленными предметами. Это может быть деятельность человека с реальными материальными предметами (их изготовление, ремонт), работа со знаковыми системами и различными символами (язык, научные символы, черчение и т.п.), манипулирование идеальными объектами (идеями, образами и т.п.).

Коммуникативные (способности к общению) – это способности, которые проявляются в умениях и навыках общения с разными людьми в различных жизненных ситуациях. К их числу относятся, например, ораторские и организаторские способности, а также способности к убеждению, внушению, лидерству, способности межличностного восприятия и оценивания людей, способности социально-психологической адаптации к различным ситуациям, способности входить в контакт с различными людьми, располагать их к себе и т.п.

1.3 Уровни развития способностей

Способности в значительной степени социальны и формируются в процессе конкретной деятельности человека. В зависимости от того, существуют или отсутствуют условия для развития способностей, они могут быть *потенциальными и актуальными*.

Под *потенциальными способностями* понимаются те, которые не реализуются в конкретном виде деятельности, но способны актуализироваться при изменении соответствующих социальных условий. К *актуальным способностям*, как правило, относят те, которые необходимы именно в данный момент и реализуются в конкретном виде деятельности. Потенциальные и актуальные способности выступают косвенным показателем характера социальных условий, в которых развиваются способности человека. Чтобы любые потенциальные способности могли развиваться и стать актуальными, важны благоприятные факторы социальной среды (три условия одновременно):

1. Трудности в выполняемой деятельности (оптимальная трудность, человек задействует свои возможности на пределе);

2. Оптимальная мотивация;

3. Положительный эмоциональный настрой.

Об оценке способностей, уровне их сформированности судят по расхождениям между результатами самостоятельного решения с помощью взрослого. Способности предполагают готовность к творческому решению задач.

Следующим уровнем развития способностей является *одаренность*. Одаренностью называется своеобразное сочетание способностей, которое обеспечивает человеку возможность успешного выполнения какой-либо деятельности среди других лиц, обучающихся этой деятельности или выполняющих ее на тех же условиях. От одаренности зависит не успешное выполнение деятельности, а только возможность такого успешного выполнения. Для успешного выполнения всякой деятельности требуется не только наличие соответствующего сочетания способностей, но и овладение необходимыми знаниями и навыками. Какую бы феноменальную математическую одаренность ни имел человек, если он никогда не учился математике, он не сможет успешно выполнять функции самого заурядного специалиста в этой области. Одаренность определяет только возможность достижения успеха в той или иной деятельности, реализация же этой возможности определяется тем, в какой мере будут развиты соответствующие способности и какие будут приобретены знания и навыки.

Высокий уровень проявления способностей определяется понятиями «мастерство», «талантливость», «гениальность».

Мастерство в любой профессии предполагает психологическую готовность к творческому решению возникающих задач. Человек знает способ и осознает задачу, которую ему нужно решить.

Талант – совокупность способностей, высокий уровень специальных способностей, проявляющихся в деятельности. Деятельность талантливого человека отличается новизной, оригинальностью. Проявления таланта обусловлено развитием общества, потребностями эпохи и конкретными задачами, которые ставит государство.

Гениальность – высшая степень таланта. О гениальности говорят, когда творческие достижения человека составляют эпоху в жизни общества, в развитии культуры. Не все индивидуальные свойства гения развиты в одинаковой степени, часто у гения могут доминировать какие-то одни способности более ярко. Например, А.С. Пушкин не знал математику, но выдающийся писатель.

Очень важную роль играет проблема способностей в связи с вопросами профориентации, выбором профессии. Не все качества и свойства личности важны и необходимы человеку в выбранной им профессии. Бывают случаи, что из-за несоответствия свойств личности качествам профессии, человеку приходится менять профессию.

Возникает понятие – *индивидуальный стиль деятельности*, который включает три компонента: устойчивая система приемов и способов деятельности; эта система обусловлена определенными личными качествами; эта система обеспечивает эффективность деятельности, является средством эффективного приспособления к объективным требованиям. Основную роль здесь играют особенности темперамента, черты характера и способности человека.

Например, человеку подвижному, с высоким темпом реакций, широким кругом общения, чаще и индивидуальный стиль деятельности свойственен быстрый, активный, с легкой переключаемостью с одного на другое, что-то сделал, что-то нет и т.д. Медлительный, планомерный человек, наоборот, индивидуальный стиль деятельности имеет размеренный, постепенный.

Важно помнить о *компенсации способностей*. Если не развивать что-то одно, то в деятельности может проявляться что-то иное. Например, снижено у человека зрение, при этом через какое-то время разовьется хороший слух, тактильное восприятие мира. Или у ребенка трудно с пониманием математики, но он успешен в занятиях литературой.

Этапы развития способностей можно выделять через прохождение человеком своего развития, которое максимально формируется в сензитивные периоды – наиболее чувствительное время для социального воздействия на ребенка.

Выделяются периоды:

От 0 до 1 года – эмоционально-позитивный, телесный контакт с матерью;

От 1 до 3 лет – манипуляция с предметами внешнего мира;

От 3 до 6 лет – сюжетно-ролевые игры (общение со сверстниками);

С 6 до 10 лет – учебная деятельность (роль учителя);

Младший школьный возраст – общение со сверстниками;

Старший школьный возраст – самоопределение поиска своего места в жизни, смысла в жизни.

Многоплановость и разнообразие видов деятельности, в которые одновременно включается человек, выступает как одно из важнейших условий комплексного и разностороннего развития его способностей. В этой связи следует учитывать основные требования, которые предъявляются к деятельности, развивающей способности человека. Эти требования следующие: творческий характер деятельности, оптимальный уровень ее трудности для исполнителя, должная мотивация и обеспечение положительного эмоционального настроения в ходе и по окончании выполнения деятельности. Если выполняемая деятельность находится в зоне оптимальной трудности, то есть на пределе возможностей

ребенка, то она ведет за собой развитие его способностей, реализуя то, что Л.С. Выготский называл зоной потенциального развития. Деятельность, не находящаяся в пределах этой зоны, гораздо в меньшей степени ведет за собой развитие способностей. Поддержание интереса к деятельности через стимулирующую мотивацию означает превращение цели соответствующей деятельности в актуальную потребность человека.

Вопросы для самопроверки и обсуждения

1. Определение способностей, их видовая характеристика.
2. Качественная характеристика способностей.
3. Количественная характеристика способностей.
4. Задатки как природные предпосылки развития способностей.
5. Уровни развития способностей.
6. Развитие способностей и формирование личности.

Практические задания

Работа с ключевыми понятиями: способности, факторы формирования способностей, задатки, склонности, виды способностей, обучаемость, интеллект, креативность, одарённость, талант, гениальность, мастерство, сензитивный период, потенциальные способности, актуальные способности, зона ближайшего развития.

Задание 1. Определите, что из перечисленного списка можно отнести к способностям, а что – нельзя и почему.

Способность к прямохождению; способность представлять свои мысли и чувства в наглядных образах; способность к распознаванию запахов; способность к волевой регуляции поведения; способность к точному восприятию цветовых оттенков; способность к говорению; способность к быстрому счету в уме; способность к языкам; способность к стихосложению; ораторские способности; педагогические способности; способности к кулинарии; способность к построению абстрактных мысленных конструкций; способность к комбинированию пространственных образов; способность к синтезу образного материала; способность к труду; способность к рефлексии; способность к общению с помощью языка; способность к саморазвитию.

Задание 2. В приведенных примерах выделите условия, способствующие развитию способностей.

– Ю.Б. Гиппенрейтер приводит пример раннего, в 3,5 года пробуждения интереса к числам. Едва с ними познакомившись, ребенок проводил много времени за пишущей машинкой, печатая последовательно числа натурального ряда от 1 до 2000. Очень скоро он освоил операции сложения и вычитания, практически не задерживаясь, как другие дети, в пределах десятка. В окружении его привлекало все то, что можно было измерить или выразить числами: возраст и годы рождения родственников, вес, температура, расстояния, количество страниц в книгах, цены, железнодорожные расписания и пр. По всем этим поводам он активно спрашивал, переживал, размышлял. Персонажами его воображаемых игр становились числа, которым он приписывал свой характер и поведение. Он сам "открыл" отрицательные числа, операцию умножения.

– Мальчик попросил отца купить игрушечное паровое судно. Отец оттягивал покупку и предложил сыну самому построить модель парусной лодки, что и было сделано с небольшой помощью отца. Но лодка перевертывалась в воде. Мальчик стал доискиваться причины. Отец объяснил, что для постройки лодки надо знать законы механики и разбираться в чертежах. Сын стал внимательно вглядываться в рисунки и чертежи кораблей. Повысился его интерес к черчению и физике. Он построил ряд моделей, и они уже не перевертывались. Появился интерес к военной истории и морским сражениям.

В старших классах мальчика всерьез заинтересовали законы судостроения, которые он умело применял в моделировании кораблей. (По П.М. Якобсону)

Задание 3. Составьте таблицу «Классификация способностей».

Задание 4. Выявите направление развития собственных способностей используя опросник «Способности личности».

Самостоятельная работа

Темы рефератов

1. Природа человеческих способностей.
2. Виды способностей и их характеристика.
3. Развитие интеллектуальных и коммуникативных способностей школьника.
4. Развитие творческих способностей ребенка.
5. Воспитание одаренного ребенка в семье и школе.
6. Особенности учебной деятельности одаренного учащегося.
7. Дети индиго: миф или реальность?

Рекомендуемая литература

1. Петровский, А.В., Ярошевский М.Г. Психология: Учебник для студентов высших пед. учеб. заведений. – 3-е издание, стереотип. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 512с.

2. Дружинин, В.Н. Психология общих способностей / В.Н. Дружинин. 3-е изд. – СПб.: Питер, 2008. – 368 с.

3. Теплов, Б.М. Способности и одарённость / Б.М. Теплов // Психология индивидуальных различий. Тексты. М.: изд-во Моск. Ун-та, 1982. – 136с.

4. Штерн, В. Умственная одаренность: Психологические методы испытания умственной одаренности в их применении к детям школьного возраста»; пер. с нем. А.П. Болтунова. – изд-во Водолей, 1997. –126 с.

САМОСОЗНАНИЕ

1.1 Самосознание и его сущность

Следует отметить, что проблема самосознания является одной из самых сложных в психологии. Существует много теорий самосознания, точек зрения на его природу и развитие.

Психологический аспект исследования проблемы самосознания предполагает раскрытие специфики самосознания как особого явления человеческой психики, направленного на саморегулирование личностью своих действий в сфере поведения и деятельности на основе самопознания и эмоционально-ценностного отношения к себе.

Согласно С.Л. Рубинштейну, *самосознание* – это осознание самого себя как сознательного субъекта, реального индивида, а вовсе не осознание своего сознания. Если сознание ориентировано на весь объективный мир, то объектом самосознания является сама личность. В самосознании она вступает и как субъект, и как объект познания и отношения (И.И. Чеснокова). Самосознание – высший уровень развития человека, связанный осознанием и оценкой человеком своих психологических особенностей, на основе которых формируется целостная система представлений о себе. Осознание себя в качестве устойчивого объекта предполагает внутреннюю целостность, постоянство личности, которая, независимо от меняющихся ситуаций, способна при этом оставаться сама собой.

С точки зрения психологического анализа, по мнению А.А. Бодалева, В.В. Столина, *самосознание* представляет собой «процесс, с помощью которого человек познает себя». Это сложный психический процесс, сущность которого состоит в восприятии личностью многочисленных образов самой себя в различных ситуациях деятельности и поведения, во всех формах взаимодействия с другими людьми и в соединении этих образов в единое образование, в представление, а затем в понятие своего собственного Я как субъекта, отличного от других субъектов.

С точки зрения психологического анализа самосознание представляет собой сложное психическое явление, сущность которого состоит в восприятии личностью многочисленных «образов» самой себя в различных ситуациях деятельности и поведения, во всех формах взаимодействия с другими людьми и в соединении этих образов в единое целостное образование, в представление, а затем в понятие своего собственного Я как субъекта, отличного от других субъектов. В результате развернутых актов самосознания, которые становятся все более сложными, по мере увеличения числа образов, интегрирующихся в представлении и понятии о самом себе, формируется все более совершенный, глубокий и адекватный образ собственного Я.

Сегодня нет точных данных о том, какие именно зоны мозга отвечают за функционирование самосознания. Наиболее известны результаты исследований М. Газзаниги и его группы. Эти исследователи делают вывод о том, что самосознание человека формируется в нейронных структурах левого полушария. Другая группа исследователей во главе с Т. Хизертоном пришла к выводу, что решающую роль в его формировании играют медианные зоны между левым и правым полушариями мозга. Другие авторы указывают также на роль таламуса и некоторых других групп нейронов.

Особо нужно отметить потенциальную роль в формировании самосознания т.н. зеркальных нейронов. Они были обнаружены сравнительно недавно (лет 20 назад) группой итальянских нейрофизиологов во главе с Э. Ризолатти первоначально у приматов, а потом у человека. Это нейроны, специализированные на осуществлении сравнений, на узнавании людей и себя в зеркале. Однако оказалось, что зеркальные нейроны разбросаны и не образуют единого скопления в мозге. Таким образом, проблема локализации самосознания остается пока нерешенной.

1.2 Структура самосознания в психологии

При анализе самосознания первым встает вопрос о самосознании как многоуровневой системе, имеющей свою собственную содержательную и функциональную структуру.

Первым из психологов, обратившимся к разработке проблемы самосознания был У. Джеймс. Он выделил 4 составляющие части самосознания («Я»): Я-духовное, материальное, социальное и физическое. Дальнейшее свое развитие теория самосознания получила в трудах представителей символического интеракционизма.

В начале 20 ст. социолог Ч. Кули сформулировал теорию зеркального «Я», согласно которой представления человека о самом себе формируются под влиянием мыслей окружающих и включает три компонента:

- Представления о том, каким видят меня окружающие
- Представления о том, как окружающие меня оценивают
- Самооценка (чувство гордости или унижения)

И.И. Чеснокова различает *два уровня самосознания*, используя критерий соотношения знаний о себе. На первом уровне такое соотношение происходит в рамках сопоставления Я и другого человека. Сначала некоторое качество воспринимается и понимается в другом человеке, а затем переносится на себя. Соответствующими внутренними приемами самопознания являются преимущественно самовосприятие и самонаблюдение.

На втором уровне соотнесение знаний о себе происходит в процессе аутокоммуникации, т.е. в рамках Я и Я. Человек оперирует уже готовыми, сформировавшимися знаниями о себе. В качестве специфического внутреннего приема самопознания выступает самоанализ и самоосмысление. Высшего развития на втором уровне самосознание достигает при определении жизненных планов, жизненной философии, своей общественной ценности, собственного достоинства.

В.С. Мерлин выделяет четыре составляющие самосознания, являющиеся так же стадиями его развития:

1) «знание тождественности» (формируется на первом году жизни), т.е., самовыделение и принятие себя в расчет;

2) «знание Я» (формируется к 2–3 годам), т.е. сознание себя как субъекта деятельности;

3) осознание своих психических свойств, происходящее в результате обобщения данных самонаблюдения (формируется в подростковом и юношеском возрастах);

4) социально-нравственное самосознание (формируется в юношеском возрасте).

Самосознание как процесс, характеризуется динамичностью, то есть находится в постоянном развитии как в онтогенезе, так и в повседневной жизни, и с помощью которого человек познает себя и относится к самому себе, но оно также характеризуется своим продуктом – Я- концепцией.

Р. Бернс определяет "Я концепцию" как совокупность всех представлений индивида о себе, сопряженную с их оценкой. Р. Бернс (как и многие отечественные психологи – В.В. Столин, И.И. Чеснокова, Л.В. Бороздина и др.) выделяет три составляющих в структуре Я-концепции: когнитивную, оценочную и поведенческую. *Когнитивная* составляющая, или *образ Я*, включает представления индивида о самом себе.

Оценочная составляющая, или *самооценка*, включает аффективную оценку этого представления о себе.

Поведенческая составляющая включает в себя потенциальные поведенческие реакции либо конкретные действия, которые могут быть вызваны знаниями о себе и отношением к себе. Такое деление Я-концепции на компоненты условно, на самом деле Я-концепция – это целостное образование, все компоненты которого, хотя и обладают относительной самостоятельностью, тесно взаимосвязаны.

Когнитивная – некая описательная составляющая, фиксирующая знания, представления человека о самом себе. Набор убеждений о самом себе и есть когнитивная составляющая Я-концепции. Эти убеждения могут иметь разную значимость для индивида. Он может считать, например, что он в первую очередь смелый, а сильный только в десятую очередь. Эта иерархия непостоянна и может меняться в зависимости от контекста или с течением времени. Сочетание и значимость характеристик на тот или иной момент в значительной степени обуславливают установки индивида, его ожидания относительно себя.

С точки зрения процессуальной когнитивная подструктура выступает как *самопознание* – процесс получения знания о себе. Через самопознание человек приходит к определенному знанию о самом себе, т.е. результатом процесса самопознания выступает целостный *Образ Я*.

Определяя внутреннюю структуру личности, практически все зарубежные психологи пользуются схемами, описывающими структуру самосознания: К. Юнг, А. Маслоу, Р. Мей, К. Левин, Ф. Перлз и др. Разница в том, что происходит смещение акцента на функциональное значение «самости» как личностного фактора в процессе целеполагания субъекта. Она (самость) выражает интенциональность или целенаправленность всей личности на осуществление максимума потенциальных возможностей индивида (само-реализация, самотрансценденция и т.п.).

1.3 Основные функциональные компоненты самосознания

Психологический «механизм» самосознания имеет интегративную природу, поскольку в каждый акт самосознания вовлекаются не только отдельные психические процессы в различной их комбинации, но также вся личность в целом – система ее психологических свойств, особенности мотивации, приобретенный опыт на разных уровнях обобщения, наконец, эмоциональное состояние личности в данный момент.

Можно выделить функциональные компоненты самосознания, используемых при рассмотрении онтогенеза самосознания.

Самопонимание выступает внутренним условием, в значительной мере определяющим развитие личности и формирование индивидуально-типологических особенностей ее структуры. Становление самопонимания происходит по следующим направлениям:

– открытие и осмысление своего внутреннего мира (с началом анализа своих эмоций не как производных от внешних событий, а как состояния своего Я) и проявляется чувство своей особенности, непохожести на других;

– появляется способность осмысления необратимости времени, понимание конечности своего существования, осмысление своих целей, жизненных устремлений, сущности и смысла самой личности, своего бытия;

– формируется целостное и ценностное представление знаний о самом себе, отношений к себе;

– осмысляются знания о себе в зависимости от конкретного случая, связанного с анализом собственных морально-психологических, интеллектуальных качеств.

Одним из важнейших компонентов самопонимания является *самоуважение*, которое подразумевает и удовлетворенность собой, и понятие себя, и чувство собственного достоинства, и положительное отношение к себе, и согласованность своего актуального Я и идеального Я. Самоуважение выражает установку одобрения или неодобрения, указывает, в какой мере индивид считает себя способным, значительным, преуспевающим и достойным.

Следующий компонент – *самооценка*, понятие которой многоаспектно. Она охватывает мир морально-нравственных ценностей, отношений, возможностей личности. Самооценка на каждом этапе развития личности, с одной стороны, отражает уровень развития самопознания и эмоционально-ценностного отношения к себе, с другой – является важнейшим внутренним условием их развития. Так, в исследованиях А.А. Реан, Л.С. Коломинского подтверждается идея о том, что регулирование поведения в учебной деятельности у старшеклассников все более определяется их собственными требованиями к себе в связи с самооценкой. Различают самооценку *адекватную* и *неадекватную* (заниженную и завышенную). Адекватная самооценка отражает реальный взгляд личности на саму себя, ее достаточно объективную оценку собственных способностей, свойств и качеств. Неадекватная самооценка характеризует личность, чье представление о себе далеко от реального. Такой человек оценивает себя необъективно, его мнение о себе резко расходится с тем, каким его считают другие.

В развитии положительной самооценки важно постоянное проявление безусловной родительской любви вызывает у ребенка ощущение собственной ценности и способствует формированию положительного отношения к себе.

Самооценка тесно связана с уровнем притязаний. Этот термин был введен в школе известного немецкого психолога К. Левина. *Уровень притязаний* определяет стремление к достижению целей той степени сложности, на которую человек считает себя способным. Решающим фактором в становлении уровня притязаний является переживание субъектом своих достижений как успешных или неуспешных.

Феномен **самопринятия**, по мнению Д.А. Леонтьева, является частью более широкого понятия – **самоотношения**. Наиболее поверхностным проявлением самоотношения выступает самооценка как общее положительное или отрицательное отношение к себе. Он полагает, что следует различать самоуважение – отношение к себе как бы со стороны, обусловленное какими-то моими реальными достоинствами или недостатками и самопринятие – непосредственное эмоциональное отношение к себе, не зависящее от того, есть ли у человека черты, объясняющие это отношение. Важными характеристиками самоотношения являются степень его целостности, интегрированности, а также автономности. В.В. Столин определяет самоотношение как «переживание, относительно устойчивое чувство, пронизывающее самовосприятие и «Я-образ».

Следующий функциональный компонент самосознания – система психической **саморегуляции**. Основываясь на взгляды С.Л. Рубинштейна о становлении человека субъектом своей жизнедеятельности, К.А. Абульханова отмечает уровневое развитие саморегуляции, представляющих собой соотношение внешнего (требований к выполнению деятельности) и внутреннего (свойства личности). В способности человека к **самоконтролю** обнаруживается уровень его социального развития. Самоконтроль является ограничением личного в пользу общественного и является главным условием самосовершенствования. Таким образом, саморегуляция как специфическая деятельность субъекта, имеющую индивидуальную структуру и стиль, при этом наиболее сложные формы саморегуляции возникают как завершающий этап самосознающей себя личности.

1.4 Самоактуализация

Показателем самосознания зрелой личности является и самоактуализация. *Самоактуализация* – это постоянный процесс развития своих потенциальных возможностей с целью достижения творческой зрелости. Понятие самоактуализация, с одной стороны, представлено как стремление человека к возможно более полному выявлению и развитию своих личностных возможностей, с другой – как возможность человека самому устанавливать свои границы, в процессе самоопределения, социализации (К. Юнг, С. Гроф и др.), с третьей – как формирование идеальной самости, путем инсайта, проходя через пиковые переживания (А. Маслоу, Ф. Перлз, Р. Ассаджиоли и др.).

По определению автора теории самоактуализации А. Маслоу, самоактуализация – это умение человека стать тем, кем он способен стать. В процессе самоактуализации вплотную смыкаются две линии человеческого бытия – самопознание и саморазвитие. Познать себя, насколько это возможно, – значит приобрести основу для самоактуализации как способности наиболее полно использовать свои таланты, способности, возможности. Самоактуализироваться – обрести смысл жизни, реализовать себя, выполнить тем самым свою миссию, свое предназначение и, как итог, ощутить полноту жизни, полноту существования.

Процесс саморазвития сопряжен с определенными трудностями, которые осознанно или неосознанно воспринимаются человеком как барьеры саморазвития. Наиболее серьезным и труднопреодолимым барьером саморазвития, как отмечают исследователи, является барьер отсутствия ответственности за собственную жизнь. Человек зачастую воспринимает свою жизнь как стечение случайных событий и обстоятельств, когда он не способен и не может по объективным причинам нести ответственность за все, что с ним происходит. Многие трудности саморазвития определяются:

- неразвитостью способности к самопознанию;
- влиянием сложившихся стереотипов и установок;
- несформированностью механизмов саморазвития;

• препятствиями, которые создают другие люди, для которых саморазвитие, самосовершенствование кого-либо, кроме них, вызывают реакцию противодействия, осложненную чувством зависти и стремлением к личностному превосходству.

• отсутствием или утратой смысла жизни.

Таким образом, саморазвитие – это сложный, нелинейный, многоплановый процесс, который может идти как в положительном направлении, так и в отрицательном с точки зрения соответствия высшим образцам и идеалам, выработанным человечеством. Как процесс саморазвитие имеет свои механизмы, цели, мотивы, способы, результаты, которые определяются формами саморазвития.

Вопросы для самопроверки и обсуждения

1. Дайте определение самосознания.
2. Кто из ученых стоял у истоков исследования проблемы самосознания в зарубежной и отечественной психологии?
3. Что является результатом самосознания личности?
5. Какова структура Я-концепции?
6. Дайте характеристику когнитивной составляющей Я-концепции.
7. Что такое «образ Я»?
8. Какие виды «образов Я» выделяют ученые?
9. Что такое самооценка?
10. Что значит «адекватная» и «неадекватная» самооценка?
11. Чем отличается человек, имеющий низкую самооценку от того, у кого самооценка высокая?
12. Что значит «завышенная» и «заниженная» самооценка?
13. Чем отличаются частные самооценки от общей, глобальной?
14. Что такое самоуважение и какую формулу самоуважения предложил У. Джеймс?
15. Дайте определение уровня притязаний личности.
16. Что представляет собой поведенческая составляющая Я-концепции?
17. Дайте характеристику понятия «самоэффективность».
18. Чем отличается развитие Я-концепции на ранних стадиях онтогенеза?

Практические задания

Работа с ключевыми понятиями: самосознание, самопознание, образ «Я», Я-концепция, самоэффективность, саморегуляция, самоактуализация, самооценка, самопознание, уровень притязаний.

Задание 1. Придумайте и опишите конкретные жизненные ситуации, в которых актуализируется самосознание.

Задание 2. Приведите примеры актуализации в сознании человека различных "образов Я": "настоящее Я", "динамическое Я", "идеальное Я", "ретроспективное Я", "функционально-ролевое Я", "изображаемое Я", "социальное Я", "физическое Я", "духовное Я".

Задание 3. Опишите множество жизненных ситуаций, в которых происходит актуализация различных типов самооценки: адекватной, неадекватно завышенной и неадекватно заниженной.

Задание 4. Разработайте множество психологических рекомендаций по взаимодействию с людьми, имеющими разный тип самооценки.

Задание 5. Какие способы психологического воздействия способствуют повышению самооценки.

Задание 6. Нарисовать схему самосознания и Я-концепции.

Задание 7. Из данных понятий выстройте логические ряды так, чтобы каждое предыдущее понятие было родовым (более общим) по отношению к последующим понятиям:

- а) Сознание, нравственный идеал, личность, человек, Я-концепция, мировоззрение,
- б) Самосознание, Я-концепция, личность, Я-идеальное, человек, сознание

Самостоятельная работа

Темы рефератов:

1. Понятия объекта и субъекта самопознания.
2. Самореализация как продуктивное самоосуществление.
3. Самореализация и самоактуализация.
4. Самореализация индивида, его жизнедеятельность и самоосуществление.
5. Я-концепция и стратегии самопрезентации.
6. Профессиональная Я-концепция и самооценка.

Рекомендуемая литература

1. Блинова, В.Л. Психологические основы самопознания и саморазвития: учебно-метод. пособие / В.Л. Блинова, Ю.Л. Блинова. – Казань: ТГГПУ, 2009. – 222 с.
2. Большаков, А.В. Самопознание. О смысле жизни и счастья / А. В. Большаков. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2014. – 160 с.
3. Маралов, В.Г. Основы самопознания и саморазвития: учеб. пособие / В.Г. Маралов. – 2-е изд., стер. – М.: Академия, 2004. – 256 с.
4. Минюрова, С.А. Психология самопознания и саморазвития: учебник / С.А. Минюрова. – М.: Флинта, 2017. – 480 с.

РАЗДЕЛ IV ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ

1.1 Место и роль психических состояний в структуре психических явлений

Жизнь человека – непрерывная череда разнообразных психических состояний. В психических состояниях проявляется степень уравновешенности психики индивида с требованиями среды. Психическое состояние – это временное своеобразие психической деятельности индивида, обусловленное содержанием и условиями его деятельности, личностным отношением к этой деятельности.

Психические состояния относятся к основным категориям психических явлений, наряду с психическими процессами и психическими свойствами. Изучением психических состояний занимается *психология состояний* – относительно новая отрасль психологической науки, изучающая природу, механизмы, закономерности протекания психических состояний, осознаваемых или неосознаваемых личностью в процессе деятельности, общения, поведения. Познавательные, эмоциональные и волевые процессы комплексно проявляются в соответствующих состояниях, определяющих функциональный уровень жизнедеятельности индивида. Психология состояний как научная отрасль позволяет рассматривать психические, функциональные и эмоциональные состояния не сами по себе, а в теснейшей взаимосвязи с психическими процессами и свойствами личности.

По параметрам «ситуативность – долговременность» и «изменчивость – постоянство» психические состояния находятся между психическими процессами и устойчивыми чертами личности и характера. Психические состояния, в силу их большего постоянства и продолжительности, служат фоном для психических процессов, которые более изменчивы. Еще медленнее, чем состояния, изменяются свойства личности. Следовательно, по временным параметрам состояния занимают промежуточное положение между процессами и свойствами личности.

Психические процессы в определенных условиях могут восприниматься как психическое состояние. Так, кратковременная, быстро меняющаяся установка – это процесс внимания, который может закрепляться, превращаясь в установку как состояние, которое долго сохраняется. Установка, становясь свойством личности, переходит в направленность. Формирование устойчивых свойств личности идет через повторение и закрепление временных состояний. Например, развитие воли происходит через повторение и закрепление волевых состояний, часто повторяющаяся тревога, как правило, приводит к появлению соответствующего свойства тревожности, многократно проживаемое состояние решимости – к формированию решительности как черты характера и т.п. Этот механизм является основой возникновения и формирования свойств личности.

1.2 Понятие и общая характеристика психического состояния

Психическое состояние является общим функциональным уровнем психической деятельности, фоном, на котором развиваются психические процессы. Н.Д. Левитов определял *психическое состояние* как целостную характеристику психической деятельности за определенный промежуток времени, показывающую своеобразие протекания психических процессов в зависимости от отражаемых предметов и явлений действительности, предшествующего состояния и психических свойств личности. Ключевыми словами этого определения являются «целостное», «промежуток времени», «своеобразие», «психические процессы».

Всякое психическое состояние – это *целостное* явление, которое состоит из множества элементов (мотивов, эмоциональных реакций, волевых актов, когний, поведенческих проявлений и пр.), но они существуют не сами по себе, а в интеграции и взаимосвязи, т.е. образуют целостную структуру.

Психические состояния имеют начало и конец, они изменяются. Действительно, ни один объект не может бесконечно долго находиться в одном и том же состоянии, оно неизменно перейдет в другое. Изменчивость, периодичность, *смена во времени* – важные характеристики состояний.

Каждое психическое состояние *своеобразно*, поскольку вызывается и сопровождается специфичными ощущениями, процессами восприятия памяти, мышления, воображения, определенной волевой активностью, характерными эмоциональными переживаниями. Кроме того, своеобразие психических состояний обусловлено индивидуально-психологическими особенностями человека, определяется его прошлым опытом, представлениями о будущем, зависит от ситуации, в которую человек попадает, и т.д. При этом необходимо разводить категории «состояние» и «черта личности». Психическое состояние не всегда соответствует чертам характера человека. Так, состояние тревоги может переживаться человеком в определенных условиях (ситуативно), но при этом тревога может не являться характерной чертой личности этого человека.

Психические состояния неразрывно связаны с *психическими процессами*. Психический процесс может сопровождаться различными, сменяющимися друг друга психическими состояниями. Например, длительный процесс решения сложной задачи может вызывать состояния, сменяющие друг друга: любопытство, воодушевление, утомление, возмущение и, наконец, радость в случае верного решения. Без психических процессов психических состояний быть не может. Психические состояния определяют своеобразие психических процессов.

Таким образом, **психическое состояние** – это *временное отражение личностью ситуации, целостное явление, которое характеризуется своеобразием психической деятельности, неразрывно связано с психическими процессами и свойствами личности, проявляется в единстве переживания и поведения и имеет временные границы.*

1.3 Структура и свойства психических состояний

Психические состояния имеют **структуру**, которая включает в себя четыре уровня. Самый нижний – *физиологический* уровень включает нейрофизиологические характеристики, морфологические и биохимические изменения. Второй уровень – *психофизиологический* – содержит вегетативные реакции, изменения психомоторики, сенсорики. Более высокий – *психологический* – характеризует изменения психических функций и настроения человека. Самый высокий уровень – *социально-психологический* – содержит характеристики поведения, деятельности и отношения человека в том или ином состоянии. Для стресса, например, на физиологическом уровне характерны биохимические изменения (увеличение концентрации адреналина, стероидных гормонов в крови), на психофизиологическом уровне наблюдается ощущение напряжения, на психологическом – расстройство внимания, на социально-психологическом – изменение поведения в условиях стресса (заторможенное либо возбужденное).

Психические состояния характеризуются следующими основными **свойствами**:

– *активностью* – доминированием отдельных компонентов целостного состояния и их влияния на эффективность психической деятельности;

– *воспроизводимостью* в сходных ситуациях (по типу условного рефлекса) и возможностью при условии особой значимости и повторяемости переходить в устойчивые характеристики личности;

- *управляемостью* – личностной регуляцией состояний в форме самоорганизации, самоуправления, саморегуляции;
- *автономностью* – дифференциацией психического состояния от других психических явлений, а также определенным промежуточным положением состояний между процессами и свойствами;
- *эффективностью* – организацией психических процессов и свойств личности для достижения целей деятельности, обеспечения результата;
- *наблюдаемостью* – возможностью изучения психических состояний и их специфики различными эмпирическими методами.

1.4 Функции психических состояний

В психической деятельности состояния выполняют определенные *функции*:

Функция *адаптации*, обеспечения взаимодействия субъекта с жизненной средой (внутренней и внешней), сохранения равновесия между постоянно меняющимися внешними условиями и внутренними ресурсами человека.

Функция *регуляции* психических процессов и психических свойств, организации деятельности и поведения человека. Психические состояния задают диапазон, границы, уровень и возможности проявлений других психических явлений (процессов и свойств). Они отражают сформированные черты личности, свойства, акцентуации характера, их трансформации. Они согласовывают потребности и устремления индивида с его возможностями и ресурсами. Регулятивная функция заключается также в обеспечении адекватных для текущей ситуации поведения и деятельности.

Функция *опосредования*. Психические состояния являются звеном, связующим психические процессы и свойства личности для обеспечения адекватной реакции.

Функция *дифференциации*. Психические состояния связаны с психическими процессами и свойствами в разной степени, одни связаны с состояниями больше, другие – меньше.

Функция *интеграции*. Психические состояния объединяют психические процессы и свойства. Через повторение психических состояний образуется целостная иерархическая совокупность психических процессов и свойств, формируется и закрепляется психологическая структура («строй») личности, идет овладение саморегуляцией. Все это обеспечивает неразрывность целостной психической деятельности, ее эффективность и продуктивность в разных сферах жизни.

Функция *развития* психических свойств и процессов в ходе изменяющейся жизнедеятельности. Благодаря этой функции психологическая организация личности приходит в соответствие с требованиями профессионального характера деятельности.

1.5 Классификация психических состояний

Существует множество различных психических состояний. Полной или исчерпывающей универсальной *классификации* психических состояний не существует, поскольку большинство состояний не удается отнести к тому или иному виду, они могут входить в разные подразделы классификации. Отнесенность психического состояния к тому или иному виду осуществляется по принципу доминирования того или иного компонента в структуре сознания.

По степени *продолжительности* различают состояния продолжительные (длящиеся годы, месяцы), малопродолжительные (недели, дни), кратковременные (часы, минуты).

По степени *распространенности* выделяют состояния, замкнутые внутри системы (общие и локальные), выраженные вовне (яркие и латентные), по месту системы в пространстве (природно-биологическом либо социальном).

По степени *напряженности* состояния различают по общему тону (высокий или низкий), по напряженности различных компонентов (одинаковой либо различной).

По степени *адекватности ситуации* выделяют состояния адекватные и неадекватные.

По степени *осознанности* ситуации и времени различают осознанные и неосознанные.

В зависимости от *уровня психической активности* выделяют равновесные и неравновесные психические состояния. *Равновесные* состояния – состояния средней или оптимальной психической активности, являются основой адекватного, предсказуемого поведения. К таким состояниям относятся состояние спокойствия, сосредоточенности, заинтересованности и др. *Неравновесные* состояния – неустойчивые состояния с более высоким или низким уровнем активности, возникающие при нарушении баланса между организмом и средой. В результате психическая активность либо повышается (радость, восторг, страх) либо понижается (печаль, утомление). Неравновесные состояния являются причиной нерационального, неадекватного, агрессивного, а иногда и трагического поведения.

В.А. Ганзенем и В.Д. Юрченко была предложена следующая классификация состояний, составленная на основе анализа большого количества слов-терминов, в результате чего были выделены три группы состояний

1. *Волевые* состояния, описываются в категориях «напряжение-разрешение». Включают практические состояния человека (на различных этапах трудовой деятельности) и мотивационные, отражающие степень удовлетворенности потребностей.

2. *Аффективные* состояния, отражают категории «удовольствие-неудовольствие». Разделяются на гуманитарные и эмоциональные.

3. Состояния *сознания-внимания*, стержневые особенности «сон-активация». Состояния этой группы являются фоновыми, создают условия для всей психической жизни человека.

1.6 Функциональное состояние

Деятельность человека сопровождается ответной реакцией его психических и физиологических функций, которая отражает, во-первых, процессы адаптации к реальному или ожидаемому воздействию, факторов окружающей среды, эмоциональных переживаний и, во-вторых, характеризует остаточные процессы после этих взаимодействий. Это дает основание говорить о функциональном состоянии – системной реакции организма и психики человека, выражающейся в виде динамического комплекса наличных характеристик физиологических, психологических, поведенческих функций и качеств, которые обуславливают выполнение деятельности. Функциональное состояние определяется как фоновая активность нервной системы, является характеристикой работы мозга. Функциональное состояние является необходимой составляющей любого вида деятельности и поведения. В психологии труда функциональные состояния изучаются с точки зрения эффективности выполняемой человеком деятельности. А.Б. Леонова, С.Б. Величковская как отдельную категорию выделяют группу состояний *сниженной работоспособности* (ССРс). В ее состав входят четыре основных вида состояний:

- *утомление* – состояние истощения в протекании основных процессов, реализующих деятельность, развивающееся вследствие продолжительного и интенсивного воздействия рабочих нагрузок, с доминирующей мотивацией на завершение работы и отдых;

- *психическое пресыщение* – состояние неприятия слишком простой и субъективно неинтересной или малоосмысленной деятельности, которые проявляются в выраженном стремлении прекратить работу (отказ от деятельности) или внести разнообразие в заданный стереотип исполнения;

• *напряжение/стресс* – состояние повышенной мобилизации ресурсов личности в ответ на повышение сложности или субъективной значимости деятельности с доминированием мотивации на преодоление затруднений, продуктивной или деструктивной (мотивы психологической защиты или самосохранения) форм;

• *монотония* – состояние сниженного сознательного контроля за исполнением деятельности, возникающее в ситуациях однообразной («конвейерной») работы с частым повторением стереотипных действий и обедненной внешней средой, сопровождающееся переживаниями скуки/сонливости и доминирующей мотивацией на смену деятельности. Субъективно переживается как чувство апатии, скуки, вялости и сонливости (дремоты). Из психических проявлений отмечается притупление остроты восприятия, ослабление способности к переключению внимания, уменьшение бдительности, переоценка временных интервалов (время длится долго) и т.д. На психофизиологическом уровне фиксируется снижение мышечного тонуса, снижение возбудимости и чувствительности анализаторов.

Особое внимание в психологической литературе уделяется стрессу. **Стресс** (по определению Л.В. Куликова, О.А. Михайловой) – психическое состояние сильного напряжения, возникающее под влиянием экстремальных либо особо сильных внешних воздействий, требующее активизации адаптивных ресурсов и защитных свойств психики и организма. Ведущей психологической характеристикой стресса выступает напряжение. К наиболее частым проявлениям относятся следующие:

- ощущение потери контроля над собой;
- дезорганизация деятельности (рассеянность, принятие ошибочных решений, суетливость);
- вялость, апатия, повышенная утомляемость;
- расстройство сна (долгое засыпание, раннее пробуждение).

Стрессовые проявления обнаруживаются во всех сферах психики. В эмоциональной – чувство тревоги, переживание значимости текущей ситуации. В когнитивной – восприятие угрозы, опасности, ситуации неопределенности. В мотивационной – мобилизация сил либо, наоборот, капитуляция. В поведенческой – изменение активности, привычных темпов деятельности, появление «зажатости» в движениях.

Работа, трудовая деятельность часто связаны со стрессом. Наиболее частыми причинами являются влияние окружающей среды (шум, загрязнение, жар, холод и т.п.); нагрузки: физические (мышечные), информационные (чрезмерный объем информации, которую нужно переработать, запомнить), эмоциональные (нагрузки, превышающие комфортный для индивида уровень насыщения); монотония; значительные изменения на работе, конфликты в трудовой среде; ситуации неопределенности, ситуации конкретной угрозы.

Профессиональный стресс – возникает из-за стрессового характера профессии, независимо от места работы. Организационный стресс – возникает вследствие негативного влияния на субъекта особенностей организации, в которой он работает (неблагоприятный психологический климат, неумелое руководство, нерациональное распределение должностных обязанностей, плохо организованные информационные потоки, неопределенность целей организации и перспектив развития и др.).

Как отдельную группу выделяют эмоциональные состояния – психические состояния, имеющие ярко выраженную субъективную окраску, они являются переживаниями от радости до страданий.

1.7 Эмоциональные состояния

Сущность *эмоциональных состояний* состоит в характеристике отношения субъекта к ситуации и внутренней оценке возможности реализовать свои потребности в определенных условиях деятельности (Леонтьев, 1975). Это обуславливает разнообразие

палитры и специфических проявлений человеческих эмоций. Для решения проблем, связанных с анализом трудовой деятельности, в физиологии труда меньше внимание уделяется эмоциональным компонентам общебиологической направленности (голод, ярость и т.п.), обычно вне сферы исследований остаются и аффекты. Эмоции, связанные с преобладанием определенной мотивации, интересами, влечениями, в большей мере изучаются в рамках психологии. Вне зависимости от качества и смыслового содержания эмоциональных состояний все они могут быть разделены на две группы: эмоционального напряжения, обеспечивающего адекватное требованиям трудовой ситуации повышение расходов внутренних ресурсов, и эмоциональной напряженности, приводящей к дезорганизации структуры выполняемой деятельности. При отнесении конкретных состояний к той или иной группе учитывается не только качество эмоций, например, радость, неприязнь, скука и пр., но и степень выраженности переживания.

Стенические состояния являются побудителями и вдохновителями к деятельности, они имеют мобилизирующее влияние на человека (он подготавливается к возможным действиям, например, к бегству при опасности, силе удара при агрессии). Астенические состояния расслабляют, дезорганизуют, вводят в депрессию, агрессию, панику, страх, парализуют волю, искажают деятельность. Амбивалентные состояния (например, переживание страха и радости) наименее изучены, считается, что они могут быть устойчивыми.

Настроение рассматривается как длительное, устойчивое психическое состояние умеренной или слабой интенсивности, проявляющееся в качестве общего эмоционального фона психической жизни человека (приподнятое, подавленное и т.д.), либо как четко идентифицируемое состояние (скука, печаль, тоска, страх, или напротив, увлеченность, радость, ликование, восторг и т.д.).

Одним из видов эмоциональных состояний является *фрустрация* – психическое состояние, которое возникает в результате противодействия каких-либо факторов, блокирующих удовлетворение потребностей человека, препятствующих исполнению его намерений и действий. Иными словами, фрустрация вызывается объективно непреодолимыми (или субъективно так понимаемыми) трудностями, возникающими на пути к достижению желаемой цели или к решению задачи. Вследствие этого возникает конфликт между актуально значимой потребностью и невозможностью ее реализации, следует срыв желаемого поведения.

Для состояния фрустрации характерны острые отрицательные переживания: разочарование, раздражение, тревога, отчаяние, «чувство лишения». Сильное переживание фрустрации может приводить к дезорганизации сознания, деятельности и поведения человека.

Фрустрация может вызываться объективными и субъективными причинами. *Объективными* причинами могут быть неудовлетворенность собственным профессиональным трудом, его содержанием и результатами, когда человек понимает, что не реализовал большую часть своих возможностей. *Субъективные* факторы проявляются при изменении жизненных стереотипов, когда нарушается привычный порядок удовлетворения потребностей. Многие события в жизни (перемена места жительства, призыв в армию, свадьба, путешествие и др.) могут стать фрустрирующими, если в результате происходит нарушение сложившихся ранее привычных связей, форм поведения.

Состояния выраженной фрустрации может вызываться внутриличностными конфликтами. Действие фрустраторов не всегда вызывает фрустрацию. В этих случаях речь идет о состоянии толерантности – терпеливости, выносливости, отсутствии тяжелых переживаний и резких реакций, несмотря на наличие фрустраторов. Существуют разные формы толерантности. Наиболее здоровым и желательным следует считать психическое состояние, характеризующееся, несмотря на наличие фрустраторов, спокойствием, рассудительностью, готовностью использовать случившееся как жизненный урок, но без

особых сетований на себя, что уже означало бы не толерантность, а фрустрацию. Толерантность может быть выражена, однако, не только в совсем спокойном состоянии, но и в известном напряжении, усилении, сдерживании нежелательных импульсивных реакций. Как считает Н.Д. Левитов, есть толерантность типа бравирования с подчеркнутым равнодушием, которым в ряде случаев маскируется тщательно скрываемое озлобление или уныние. Толерантность (в широком смысле стрессоустойчивость) можно воспитать. Психическое здоровье человека собственно и означает сознательное и эффективное управление своим поведением в экстремальных условиях.

Страх – состояние, возникающее в ситуации реальной или мнимой опасности для жизни человека и сопровождаемое переживанием боязни, тревоги, а также стремлением человека избежать или устранить соответствующую угрозу. Существуют разные виды страхов. Известной является классификация страхов, предложенная Б.Д. Карвасарским: *боязнь пространства* (клаустрофобия – боязнь замкнутого пространства, агорафобия – боязнь открытых пространств, страх глубины, страх воды); *социофобии*, связанные с общественной жизнью (страх покраснеть в присутствии людей, страх публичных выступлений, страх невозможности совершить какое-либо действие в присутствии посторонних); *нозофобии*, страхи заболеть каким-либо заболеванием (присутствует в обществе всегда, но особенно обостряется во времена эпидемий); *танатофобия*, страх смерти; *сексуальные страхи*; *страх* нанести вред себе или близким; «*контрастные*» фобии (например, страх у благовоспитанного человека громко произнести нецензурные слова или совершить что-то непристойное в обществе); *фобофобии* (страхи бояться чего-либо).

Существует деление страхов на *конструктивные* – представляющие естественный защитный механизм, помогающие лучше приспособиться к экстремальным ситуациям, и *патологические* – неадекватные стимулу по интенсивности или длительности состояния, часто приводящие к ситуации психического нездоровья.

Паника – проявление страха перед реальной или воображаемой угрозой, состояние периодического испуга, ужаса, нарастающих в процессе взаимного заражения ими. Паника – одна из форм повеления толпы, однако паника может проявляться и на индивидуальном уровне.

Панику, с точки зрения В.А. Моляко, можно классифицировать по масштабам, глубине охвата, длительности и пр. По *масштабам* различают индивидуальную, групповую и массовую панику. В случае групповой и массовой паники захватываемое ею количество людей различно: *групповая* – от двух-трех до нескольких десятков и сотен человек (если они разрознены), а *массовая* – тысячи или гораздо больше людей. К тому же массовой следует считать панику, когда в ограниченном, замкнутом пространстве (на корабле, в здании и пр.) ею охвачено большинство людей, независимо от их общего числа.

Под глубиной охвата различают легкую, среднюю и полную панику. Легкую панику можно испытать, когда задерживается транспорт, при спешке, при внезапном, но не очень сильном сигнале (звук, вспышке и пр.). При этом человек сохраняет почти полное самообладание, критичность. Средняя паника характеризуется значительным искажением сознательных оценок происходящего, снижением критичности, возрастанием страха, подверженностью внешним воздействиям, например, скупка товаров в магазинах при циркуляции в обществе слухов о повышении цен, об исчезновении товаров их продажи и т.д. Паника средней глубины часто возникает при проведении военных учебных операций, при небольших транспортных авариях, пожаре (если он близко, но непосредственно не угрожает). Полная паника – паника с отключением сознания, аффективная, характеризуется полной неменяемостью – наступает при чувстве большой, смертельной опасности (явной или мнимой). В этом состоянии человек полностью теряет сознательный контроль над своим поведением: может бежать куда попало (иногда прямо в очаг

опасности), бессмысленно метаться, совершать разнообразные хаотические действия, поступки, абсолютно исключают их оценку, рациональность и этичность.

Аффект – очень сильное, и относительно кратковременное состояние, сопровождаемое взрывными эмоциями, возникающее в резко изменившихся важных жизненных обстоятельствах либо в критических условиях при неспособности человека найти выход из опасных, чаще всего неожиданно сложившихся ситуаций. Аффект может быть как *отрицательным*, вызывающим отрицательные эмоции (агрессия, гнев и др.), так и *положительным*, вызывающим положительные эмоции (восторг, экстаз и др.). Отрицательный аффект может возникать вследствие многократного повторения травмирующих событий, создающего у человека впечатление безысходности. Для состояния аффекта характерно сужение сознания, при котором внимание субъекта целиком поглощается обстоятельствами и навязанными ими действиями.

Особым психическим состоянием является *депрессия*. Это психическое состояние сильной эмоциональной подавленности, уныния, сопровождается резким снижением внутренней (психической) и внешней (поведенческой) активности человека. В состоянии депрессии человек чувствует себя бессильным и беспомощным что-либо делать для того, чтобы выйти из этого состояния (сложившейся ситуации). Депрессия может пониматься как нормальное, относительно кратковременное и нередко встречающееся у многих людей состояние. Оно может вызываться разными причинами: жизненными неприятностями, усталостью, болезнью и др. Если в состоянии человека обозначенные выше симптомы проявляются наиболее отчетливо и являются продолжительными, принимают хроническую форму, то такая депрессия понимается уже как нервно-психическое расстройство.

1.8 Регуляция психических состояний

Основным способом организации эффективной и оптимальной жизнедеятельности человека является регуляция психических состояний, осуществлять которую можно разными методами (способами). Г.Ш. Габдреева выделяет три группы методов регуляции психических состояний: методы прямой регуляции, методы опосредованного влияния и методы самоуправления психическими состояниями.

Методы прямой регуляции психических состояний:

Применение фармакологических средств, так называемых психотропных препаратов. Они используются для коррекции эмоциональных состояний здоровых людей, однако их употребление приводит к нежелательным последствиям: привыканию к препарату, к нарушениям свойственных человеку адекватных эмоциональных реакций, к чрезмерному возбуждению или сонливости. При длительном приеме вероятно изменение структуры личности.

Функциональная музыка. Музыка сама по себе не несет конкретной информации, но ее влияние на эмоциональную сферу огромно, что дает основание использовать музыку как лечебное средство. Экспериментально установлено, что музыка способна воздействовать на сердечно-сосудистую, дыхательную, нервную системы, она повышает чувствительность периферического зрения, изменяет тонус мышц, настроение человека, повышает его работоспособность.

Методы опосредованного влияния на психическое состояние:

Трудотерапия. Труд является источником положительных эмоций, создает боевое настроение, держит человека в тонусе, укрепляет волю, характер, воспитывает моральные качества, отвлекает от навязчивых мыслей, ощущений. Труд является главным условием человеческого долголетия.

Имитационные игры (ролевые, деловые). Они позволяют изменять структуру личности путем формирования определенных черт характера. Участнику предлагается играть роль такого человека, каким ему хотелось бы быть (стеснительному стать более

общительным, неуверенному – более уверенным и т.д.). «Игровое» поведение постепенно становится все более продолжительным, переносится в обычные сферы общения, деятельности, превращается в привычное и естественное поведение человека.

Методы самоуправления психическим состоянием. В основе этих методов лежит внушение и самовнушение. *Внушение* – психическое воздействие, которое осуществляется при сниженной степени осознанности и критичности с помощью речи и неречевых средств и отличается малой аргументацией. Внушение становится внутренней установкой, которая направляет, регулирует и стимулирует психическую и физическую активность. Специфическим способом воздействия является *самовнушение* или аутоуггестия (саморазъяснение, самоубеждение, самоприказ и др.). Способность человека к самовоздействию получила обоснование в учении о мозге и его деятельности. Самовнушением и внушением можно добиться объективно фиксируемых изменений в организме (меняется состав крови и т.д.). При значительных тренировках можно научиться управлять многими функциями своего организма.

Переоценка того, чего не смог достичь. Это способ принизить значимость потери, снизив ценность того, к чему человек стремился. Малые потери легче переносить, чем значительные. Часто этот механизм срабатывает автоматически, но иногда необходимо научить человека принижать ценность потери до терпимой.

Вопросы для самопроверки и обсуждения

- 1 Что такое психическое состояние?
- 2 Классификации психических состояний.
- 3 Функции психических состояний.
- 4 Психическое состояние как психологическая категория в: – феноменологическом, – функциональном, – онтологическом, – системном подходе.
- 5 Какие эмоциональные состояния вы знаете?
- 6 Понятие функционального состояния.
- 7 Виды функциональных состояний: по влиянию на общий уровень здоровья, по степени напряжения физиологических и психологических ресурсов, по адекватности реакции.
- 8 Состояние активации и уровни бодрствования.
- 9 Работоспособность: понятие, стадии работоспособности, показатели работоспособности, методы поддержания работоспособности.
- 10 Психологическая характеристика утомления. Переутомление. Синдром хронической усталости.
- 11 Сатурация и монотония: общая характеристика, проявления.
- 12 Классификации и виды стресса.
- 13 Психическая напряженность: понятие, виды, подходы и модели, критерии психической напряженности.
- 14 Общая характеристика фрустрации: понятие, механизм и причины возникновения.
- 15 Фрустрация и фрустраторы: виды, реакция на фрустраторы, факторы, влияющие на поведение в состоянии фрустрации.

Практические задания

Работа с ключевыми понятиями: психическое состояние, функциональное состояние, фрустрация, стресс, депривация, переутомление, работоспособность.

Задание 1. Заполните таблицу: «Системное описание утомления по В.А. Ганзену»

Структурные уровни	Субъективные характеристики		
	индивидуальные	особенные	общие
Социально-психологический:			
Психологический:			
Психофизиологический: ...			
Физиологический: ...			
	Объективные характеристики		
	индивидуальные	особенные	общие
Социально-психологический:			
Психологический:			
Психофизиологический: ...			
Физиологический: ...			

Задание 2. Составить схему «Классификация психических состояний».

Задание 3. Составить ряд практических рекомендаций по регуляции психических состояний.

Самостоятельная работа

Темы рефератов

1. История развития учений и представлений о состояниях человека.
2. Место и роль психических состояний в системе психических явлений.
3. Регуляция психических состояний.

Рекомендуемая литература

1. Дикая, Л.Г. Психическая саморегуляция функционального состояния человека / Л.Г. Дикая. – М.: Изд-во ИП РАН, 2003.
2. Дикая, Л.Г. Функциональные состояния в профессиональной деятельности // Психологические основы профессиональной деятельности: Хрестоматия / Сост. В.А. Бодров. М.: Пер Сэ; Логос, 2007. С. 588–596.
3. Ильин, Е.П. Психофизиология состояний человека / Е.П.Ильин. – СПб.: Питер, 2005.
4. Психология состояний. Хрестоматия / Под ред. А.О.Прохорова. М.: Пер Сэ; СПб.: Речь, 2004.

Примерные вопросы к экзамену

Семестр 1

1. Этапы становления предмета психологии
2. Психология как наука о душе.
3. Психология как наука о сознании.
4. Психология как наука о поведении.
5. Психические явления и психологические факты.
6. Понятие о психике и ее функциях.
7. Основные принципы психологии.
8. Психология в системе наук. Отрасли психологии.
9. Характеристика основных направлений психологии.
10. Обыденное познание и житейские знания.
11. Художественное, религиозное и научное познание.
12. Понятие методологии. Виды методологии.
13. Понятие метода в психологии. Метод и методика.
14. Классификации методов психологии.
15. Характеристика неэкспериментальных методов.
16. Виды эксперимента и их характеристика.
17. Группы психодиагностических методов и их характеристика.
18. Стадии развития психики в филогенезе.
19. Характеристика стадии элементарной сенсорной психики.
20. Характеристика стадии перцептивной психики.
21. Отличие психики человека от психики животных
22. Психофизиологическая концепция рефлекса И.М. Сеченова.
23. Концепция условного рефлекса И.П. Павлова и теория ВНД.
24. Теории системной работы мозга.
25. Учение о доминанте А.А. Ухтомского.
26. Теория функциональной системы П.К. Анохина.
27. Строение и функционирование центральной нервной системы.
28. Межполушарная асимметрия психических процессов.
29. Понятие о сознании. Структура сознания.
30. 35. Культурно-историческая концепция развития психики.
31. Неосознаваемые механизмы сознательных действий
32. Представление З.Фрейда о бессознательном. Формы проявления бессознательного.
33. Надсознательные процессы и их характеристика.
34. Механизмы психологической защиты.
35. Действие как основная единица анализа деятельности.
36. Уровень операций и уровень психофизиологических функций в структуре деятельности.
37. Потребности и мотивы в структуре деятельности.
38. Психологическая характеристика основных видов деятельности.
39. Сравнительная характеристика внешней и внутренней деятельности
40. Психология когнитивных процессов в структуре психологической науки.
41. Классификация когнитивных процессов.
42. Понятие об ощущении. Этапы возникновения ощущений.
43. Свойства ощущений.

44. Классификация ощущений по Ч.Шеррингтону.
45. Классификация ощущений по модальности.
46. Психофизика ощущений.
47. Взаимодействие ощущений.
48. Количественные характеристики ощущений. Измерение ощущений.
49. Понятие восприятия. Физиологические теории восприятия.
50. Свойства восприятия.
51. Законы организации восприятия в гештальтпсихологии.
52. Теории восприятия.
53. Репрезентативная система и каналы восприятия информации.
54. Восприятие пространства.
55. Восприятие движения
56. Восприятие времени.
57. Восприятие цвета.
58. Иллюзии восприятия. Анализ статьи Л.Р. Грегори «Иллюзии».
59. Понятие внимания. Свойства внимания.
60. Классификация видов внимания.
61. Исследования внимания в когнитивной психологии.
62. Внимание в культурно-исторической концепции Л.С. Выготского.
63. Внимание как контроль (концепция П.Я. Гальперина).
64. Понятие памяти. Нейрофизиологические и биохимические теории памяти.
65. Ассоциативные теории памяти.
66. Исследование памяти в гештальтпсихологии, бихевиоризме, психоанализе.
67. Классификация видов памяти.
68. Запоминание как процесс памяти.
69. Сохранение и воспроизведение в структуре процессов памяти.
70. Забывание как процесс памяти. Теории забывания.
71. Виды и процессы памяти в современной когнитивной психологии.
72. Использование мнемических средств.
73. Индивидуальные различия в памяти.
74. Память и деятельность.
75. Память и представление. Особенности представлений.
76. Классификация представлений.
77. Понятие мышления. Виды мышления.
78. Сравнительный анализ теорий мышления.
79. Понятие интеллекта. Тестирование интеллекта.
80. Операциональная теория развития интеллекта Ж. Пиаже.
81. Мышление в теории Дж. Брунера.
82. Мышление как способ решения задач. Этапы решения задач.
83. Мыслительные операции и логические формы мышления.
84. Речь и мышление.
85. Речь и язык. Функции речи.
86. Виды речи.
87. Психологические теории речи.
88. Понятие воображения. Теоретические подходы к изучению воображения.
89. Виды и функции воображения.
90. Способы создания образов воображения.

Семестр 2

1. Анализ учения И.П. Павлова о свойствах и типах ВНД.
2. Типы темперамента и их проявления.
3. Физиологическая и психологическая линия исследования темперамента.
4. Системный подход в работах В.М. Русалова.
5. Соотношение темперамента и успешности деятельности.
6. История развития характерологии
7. Проблема типологии характера. Основания построения типологии характера
8. Уровневая типология А.Ф. Лазурского
9. Понятие характера. Структура характера.
10. Взаимосвязь характера с темпераментом.
11. Условия формирования, развития характера и признаки его проявления.
12. Признаки проявления характера
13. Степени выраженности характера.
 1. Факторы формирования характера и его возрастные проявления
 2. Социальные типы характеров по Э. Фромму.
 3. Понятие способностей.
 4. Отличительные признаки способностей.
 5. Понятие и психологическая характеристика способностей (Б.М. Теплов).
 6. Врожденные и приобретенные способности.
 7. Общие и специальные способности (В.Н. Дружинин, Дж. Кэрролл, М.А. Холодная).
 8. Уровни развития способностей.
 9. Интеллект и интеллектуальная одаренность.
 10. Соотношение способностей со знаниями, умениями, навыками.
 11. Условия развития способностей.
 12. Задатки как анатомо-физиологические предпосылки развития способностей.
 13. Самосознание и его структура.
 14. Самосознание как процесс познания себя.
 15. Понятие Я-концепции
 16. Я – концепция во взглядах российских ученых и зарубежных ученых.
 17. Я – концепция как составляющая сознания.
 18. Образ Я и его составляющие.
 19. Самооценка и образ Я.
 20. Понятие и сущность направленности личности.
 21. Виды направленности.
 22. Основные составляющие направленности.
 23. Представления о психическом состоянии в ходе развития психологии как науки.
 24. Понятие психического состояния, как фон протекания психических процессов.
 25. Классификация психических состояний.
 26. Функциональные и психические состояния.
 27. Стресс, как специфическая реакция организма.
 28. Понятие об индивидуально-психологических особенностях. Природа индивидуальных различий.
 29. Методы изучения психических состояний.
 30. Нейрофизиологические особенности эмоциональных состояний.
 31. Пограничные психические состояния: невротические расстройства; психосоматические и соматоформные расстройства; личностные расстройства (психопатии)

32. Массовидные психические состояния.
33. Паника как экстремальное психическое состояние.
34. Психическое состояние массового энтузиазма.
35. Психическое состояние стресса.
36. Индивидуальные различия реагирования на стресс. Проблема преодоления стресса.
37. Посттравматические состояния.
38. Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР).
39. Теоретические модели преодоления ПТСР
40. Феномен «выгорания» в отечественной и зарубежной психологии.
41. Механизм развития психического выгорания.
42. Профилактика и преодоление развития психического выгорания.
43. Синдром хронической усталости
44. Концепции саморегуляции психических состояний.
45. Половые и возрастные особенности саморегуляции психических состояний.
46. Методы управления психическим состоянием.
47. Классификация функциональных состояний.
48. Функциональные состояния и деятельность.
49. Влияние функциональной асимметрии мозга и индивидуальных особенностей функционирования физиологических систем на психические состояния.
50. Взаимоотношения психических состояний с психическими процессами и свойствами.

Тестовые задания для проверки знаний

1. Методология:

- а) представляет собой результат процесса познания;
- б) определяет способы достижения и построения знания;
- в) является предметной поддержкой учебной деятельности;
- г) является процессом, в ходе которого возникают новые формы поведения и деятельности.

2. Критерием научной теории в психологии не является(ются):

- а) относительно завершенная логическая структура;
- б) принципы и основания построения психологических теорий;
- в) положения, доказательства, соединяющие теоретические конструкторы с имеющимися фактами, другими теориями;
- г) материальная целенаправленная деятельность людей по преобразованию природных и социальных объектов.

3. Для научного психологического и стихийно-эмпирического исследований общим(ми) является(ются):

- а) средства познания;
- б) характер целеполагания;
- в) требования к точности понятийно-терминологического аппарата;
- г) постановка целей и задач исследования.

4. В допарадигмальный период развития психологии в качестве объяснительного сформировался принцип:

- а) развития;
- б) детерминизма;
- в) целостности;
- г) системности.

5. С материалистической точки зрения психические явления рассматривал:

- а) Р. Декарт;
- б) Б. Спиноза;
- в) Т. Гоббс;
- г) Платон.

6. Принцип, требующий рассматривать психические явления в постоянном изменении, движении, называется принципом:

- а) детерминизма;
- б) развития;
- в) перехода количественных изменений в качественные;
- г) объективности.

7. Представление о психике как необходимой для выживания человека функции утвердилось в силу детерминизма:

- а) механического;
- б) биологического;
- в) психологического;
- г) социального.

8. Подход к изучению психики, определяющий возможности психического анализа как сложной многоуровневой системы, выполняющей определенные функции, называется:

- а) процессуальным;
- б) историческим;

- в) структурно-функциональным;
 - г) динамическим.
9. Структурно-функциональный подход относится к уровню:
- а) философской методологии;
 - б) общенаучной методологии;
 - в) специально-научной методологии;
 - г) методики и техники исследования.
10. Анализ общих форм научного мышления относится к уровню:
- а) философской методологии;
 - б) общенаучной методологии;
 - в) специально-научной методологии;
 - г) методики и техники исследования.
11. Отличительная черта отечественной психологии – использование категории:
- а) деятельности;
 - б) бессознательного;
 - в) подкрепления;
 - г) интроспекции.
12. Необходимость выявления противоречий как источника развития и саморазвития психики означает принцип:
- а) единства психики и деятельности;
 - б) единства содержания и формы;
 - в) единства и борьбы противоположностей;
 - г) всесторонности.
13. Психический процесс зависит от производящих его факторов согласно принципу:
- а) управления;
 - б) развития;
 - в) детерминизма;
 - г) системности.
14. Положение о единстве сознания и деятельности впервые выдвинул:
- а) С.Л. Рубинштейн;
 - б) А.Н. Леонтьев;
 - в) Г.А. Ковалев;
 - г) Л.С. Выготский.
15. Обусловленность психических явлений действием производящих их факторов составляет суть принципа:
- а) детерминизма;
 - б) системности;
 - в) развития;
 - г) управления.
16. В качестве объяснительного в бихевиоризме в явной форме использовался принцип:
- а) детерминизма;
 - б) развития;
 - в) активности;
 - г) системности.
17. Методологической основой бихевиоризма является:
- а) пантеизм;
 - б) позитивизм;

- в) неотомизм;
 - г) редукционизм.
18. Методология бихевиоризма тесно связана:
- а) с иррационализмом;
 - б) с механистическим пониманием поведения;
 - в) с футуризмом;
 - г) с эволюционизмом.
19. Краткое, стандартизированное психологическое испытание, в результате которого делается попытка оценить тот или иной психический процесс или личность в целом, – это:
- а) наблюдение;
 - б) эксперимент;
 - в) тестирование;
 - г) самонаблюдение.
20. Получение субъектом данных о собственных психических процессах и состояниях в момент их протекания или вслед за ним – это:
- а) наблюдение;
 - б) эксперимент;
 - в) тестирование;
 - г) самонаблюдение.
21. Активное вмешательство исследователя в деятельность испытуемого с целью создания условий для установления психологического факта называется:
- а) контент-анализом;
 - б) анализом продуктов деятельности;
 - в) беседой;
 - г) экспериментом.
22. Основным для современных психогенетических исследований не является метод:
- а) близнецовый;
 - б) приемных детей;
 - в) семейный;
 - г) интроспекции.
23. В зависимости от ситуации можно выделить наблюдение:
- а) полевое;
 - б) сплошное;
 - в) систематическое,
 - г) дискретное.
24. Способ исследования структуры и характера межличностных отношений людей на основе измерения их межличностного выбора называется:
- а) контент-анализом;
 - б) методом сравнения;
 - в) методом социальных единиц;
 - г) социометрией.
25. Впервые экспериментальная психологическая лаборатория была открыта:
- а) У. Джемсом;
 - б) Г. Эббингаузом;
 - в) В. Вундтом;
 - г) Х. Вольфом.

26. Первая в мире экспериментальная лаборатория начала свою работу:
- а) в 1850 г.;
 - б) в 1868 г.;
 - в) в 1879 г.;
 - г) в 1885 г.
27. Одним из основоположников психофизики является:
- а) В. Вундт;
 - б) С. Стивенс;
 - в) Г. Фехнер;
 - г) Дж. Дьюи.
28. Особую остроту психофизическая проблема приобрела:
- а) в XVI в.;
 - б) в XVII в.;
 - в) в XVIII в.;
 - г) в XIX в.
29. Принцип специфической энергии органов чувств выделил:
- а) Г. Гельмгольц;
 - б) Дж. Беркли;
 - в) И. Мюллер;
 - г) К. Юнг.
30. Анатомо-физиологический аппарат, предназначенный для приема воздействий определенных раздражителей из внешней и внутренней среды и переработки их в ощущения, представлен:
- а) проводниковым отделом;
 - б) рецептором;
 - в) анализатором;
 - г) рефлексом.
31. Орган чувств, преобразующий энергию внешнего воздействия в нервные сигналы, называется:
- а) анализатором;
 - б) рецептором;
 - в) проводящими нервными путями;
 - г) рецепцией.
32. Управление и регулирование поступающей в управляющий орган информации о результатах действий, с учетом которой исполнительным органом формируются последующие команды, осуществляет:
- а) эффектор;
 - б) акцептор действия;
 - в) анализатор;
 - г) обратная связь.
33. Интервал времени от момента подачи сигнала до момента его возникновения называется:
- а) дифференциальным порогом ощущений;
 - б) временным порогом ощущений;
 - в) пространственным порогом ощущений;
 - г) латентным периодом реакции.

34. Минимальная величина раздражителя, вызывающая едва заметное ощущение, – это порог ощущений:
- а) нижний абсолютный;
 - б) дифференциальный;
 - в) временный;
 - г) верхний абсолютный.
35. Максимальная величина раздражителя, которую способен адекватно воспринимать анализатор, называется порогом ощущений:
- а) нижним абсолютным;
 - б) дифференциальным;
 - в) временным;
 - г) верхним абсолютным.
36. Минимальное значение изменения интенсивности сигнала, вызывающее ощущение, – это:
- а) абсолютный нижний порог;
 - б) дифференциальный порог;
 - в) минимальная длительность сигнала;
 - г) диапазон чувствительности к интенсивности.
37. Минимальное различие между двумя интенсивностями раздражителя, вызывающее замечаемое различие интенсивности ощущения, называется:
- а) абсолютным нижним порогом;
 - б) порогом различения;
 - в) временным порогом ощущений;
 - г) диапазоном чувствительности к интенсивности.
38. Сенсорная недостаточность, которая может привести к потере ориентации, известна как:
- а) депривация;
 - б) дереализация;
 - в) девальвация;
 - г) деавтоматизация.
39. В условиях сенсорной депривации:
- а) не актуализируется потребность в ощущениях и аффективных переживаниях;
 - б) не наблюдаются нарушения памяти;
 - в) крайне редко появляется эмоциональная лабильность со сдвигом в сторону пониженного настроения (заторможенность, депрессия, апатия);
 - г) активизируется процесс воображения.
40. Изменение чувствительности для приспособления к внешним условиям известно как:
- а) синестезия;
 - б) сенсбилизация;
 - в) адаптация;
 - г) аккомодация.
41. Сенсбилизация не может быть вызвана:
- а) взаимодействием ощущений;
 - б) физиологическими факторами;
 - в) ожиданием того или иного воздействия, его значимостью;
 - г) привыканием.

42. Повышение чувствительности одних органов чувств при одновременном воздействии раздражителей на другие органы чувств проявляется как:
- а) адаптация;
 - б) сенсбилизация;
 - в) синестезия;
 - г) модальность.
43. Качественная характеристика ощущений, указывающая на их принадлежность к определенным органам чувств (зрительным, слуховым, тактильным и др.), известна как:
- а) адаптация;
 - б) сенсбилизация;
 - в) синестезия;
 - г) модальность.
44. Сенсорная адаптация состоит в таких характеристиках восприимчивости рецепторов, подвергающихся длительному раздражению, как:
- а) стабильность;
 - б) уменьшение;
 - в) незначительное увеличение;
 - г) значительное увеличение.
45. Психическое явление, заключающееся в том, что амплитуда изменения ощущения, вызванного раздражителем полярного воздействия на противоположное, кажется большей, чем его физическая основа, называется эффектом:
- а) ореола;
 - б) контраста;
 - в) края;
 - г) плацебо.
46. Основанием выделения зрительных, слуховых, обонятельных и других разновидностей ощущений является:
- а) время возникновения в ходе эволюции;
 - б) модальность раздражителя;
 - в) место расположения рецепторов;
 - г) наличие или отсутствие непосредственных контактов с раздражителем.
47. Протопатические ощущения в отличие от эпикритических:
- а) дают точную локализацию источника раздражения во внешнем пространстве;
 - б) характеризуются постоянной аффективной окрашенностью;
 - в) отражают скорее объективные процессы, чем субъективные состояния;
 - г) дают точную локализацию источника раздражителя в пространстве тела.
48. Совокупность анализаторов, обеспечивающих данный акт восприятия, – это:
- а) апперцепция;
 - б) перцептивная система;
 - в) перцептивные действия;
 - г) осязание.
49. Основным критерием классификации восприятия пространства, времени, движения выступает:
- а) ведущий анализатор;
 - б) предмет отражения;
 - в) форма существования материи;
 - г) активность субъекта.

50. Биноккулярное зрение составляет основу видения окружающего мира:
- а) монокулярного;
 - б) астрономического;
 - в) стереоскопического;
 - г) биноккулярного.
51. Ошибочные восприятия реальных вещей или явлений называются:
- а) агнозией;
 - б) галлюцинацией;
 - в) иллюзией;
 - г) бредом.
52. Пример рисунка, который воспринимается то как ваза, то как два человеческих профиля, иллюстрирует закон:
- а) транспозиции;
 - б) фигуры и фона;
 - в) прегнантности;
 - г) константности.
53. Свойство восприятия, характеризующееся восприятием тесно связанных с мышлением и пониманием сущности предметов, называется:
- а) константностью;
 - б) осмысленностью;
 - в) избирательностью;
 - г) целостностью.
54. Константность восприятия – это свойство:
- а) врожденное;
 - б) приобретенное;
 - в) генетически обусловленное;
 - г) частное.
55. В способности человека узнавать предмет по его неполному или ошибочному изображению проявляется такое свойство восприятия, как:
- а) целостность;
 - б) предметность;
 - в) константность;
 - г) структурность.
56. Сосредоточенность сознания на каком-нибудь предмете, явлении или переживании обеспечивает:
- а) рефлексия;
 - б) восприятие;
 - в) внимание;
 - г) память.
57. Внимание – это направленность сознания на определенный предмет, который при этом представляется ясно и отчетливо. Эта направленность:
- а) избирательная;
 - б) рассеянная;
 - в) распределенная;
 - г) неосознаваемая.
58. Представители когнитивной психологии не рассматривают внимание как:
- а) блок селекции информации;
 - б) резервуар ресурсов;

- в) специфическую предвосхищающую активность;
 - г) особый вид деятельности.
59. Что все феномены внимания можно объяснить законами структурного восприятия, считают сторонники:
- а) ассоционизма;
 - б) когнитивной психологии;
 - в) гештальтпсихологии;
 - г) психологии сознания.
60. Проблема внимания была впервые разработана в рамках:
- а) психологии сознания;
 - б) бихевиоризма;
 - в) гештальтпсихологии;
 - г) теории деятельности.
61. Традиционно связывают внимание с понятием доминанты, активации и ориентировочной реакции представители направления исследований:
- а) социально-психологического;
 - б) нейрофизиологического;
 - в) психолого-педагогического;
 - г) физиологического.
62. Понятие «доминанта» в научный оборот было введено:
- а) У. Найссером;
 - б) В.М. Бехтеревым;
 - в) А.А. Ухтомским;
 - г) П.Я. Гальпериним.
63. Числом объектов или их элементов, одновременно воспринимаемых с одинаковой степенью ясности и отчетливости, оценивается такой показатель внимания, как:
- а) концентрация;
 - б) переключение;
 - в) распределение;
 - г) объем.
64. Степень сосредоточенности сознания на объекте – это такой показатель внимания, как:
- а) объем;
 - б) концентрация;
 - в) распределение;
 - г) переключение.
65. Основанием разделения памяти на двигательную, эмоциональную, образную и вербальную является:
- а) ведущий анализатор;
 - б) предмет отражения;
 - в) активность субъекта;
 - г) вид деятельности.
66. Генетически первичной считается память:
- а) двигательная;
 - б) образная;
 - в) эмоциональная;
 - г) вербальная.

67. Вид памяти, основанный на установлении в запоминаемом материале смысловых связей, называется памятью:
- а) механической;
 - б) логической;
 - в) эмоциональной;
 - г) аудиальной.
68. Вид памяти, при котором особенно хорошо человек запоминает наглядные образы, цвет, лица и т.п., – это память:
- а) эйдетическая;
 - б) наглядно-образная;
 - в) феноменальная;
 - г) эмоциональная.
69. Вид памяти, при котором прежде всего сохраняются и воспроизводятся пережитые человеком чувства, известен как память:
- а) наглядно-образная;
 - б) феноменальная;
 - в) эмоциональная;
 - г) словесно-логическая.
70. Тип зрительной памяти, долго сохраняющей яркий образ со всеми деталями воспринятого, – это память:
- а) эйдетическая;
 - б) наглядно-образная;
 - в) эмоциональная;
 - г) словесно-логическая.
71. Память, основанная на повторении материала без его осмысления, называется:
- а) долговременной;
 - б) эмоциональной;
 - в) произвольной;
 - г) механической.
72. Сенсорная память:
- а) продолжительна;
 - б) лежит в основе отдельных образов;
 - в) многоуровневая;
73. Вид памяти, включающий процессы запоминания, сохранения и воспроизведения информации, перерабатываемой в ходе выполнения действия и необходимой только для достижения цели данного действия, называется памятью:
- а) оперативной;
 - б) иконической;
 - в) кратковременной;
 - г) эхонической.
74. Основной характеристикой оперативной памяти является:
- а) кратковременность сохранения;
 - б) действия на уровне рецепторов;
 - в) неустойчивость к помехам;
 - г) лабильность.

75. У. Найссером было введено в научный оборот понятие:
- а) эхоническая память;
 - б) оперативная память;
 - в) автобиографическая память;
 - г) метапамять.
76. Основанием классификации мышления на наглядно-действенное, наглядно-образное и словесно-логическое является:
- а) ведущий анализатор;
 - б) предмет отражения;
 - в) форма существования материи;
 - г) активность субъекта.
77. Теоретическое и эмпирическое мышление различают:
- а) по типу решаемых задач;
 - б) по характеру обобщений;
 - в) по активности субъекта;
 - г) по ведущему анализатору.
78. Конвергентное и дивергентное мышление выделил:
- а) П. Торенс;
 - б) Дж. Гилфорд;
 - в) Ж. Годфруа;
 - г) Ж. Пиаже.
79. Вид мышления, опирающегося на непосредственное восприятие предметов, реальное преобразование в процессе действий с предметами, называется мышлением:
- а) наглядно-действенным;
 - б) наглядно-образным;
 - в) словесно-логическим;
 - г) абстрактным.
80. Считается доказанным, что наиболее поздним продуктом исторического развития мышления является мышление:
- а) наглядно-действенное;
 - б) наглядно-образное;
 - в) словесно-логическое;
 - г) интуитивное.
81. Теоретическое и практическое мышление различают:
- а) по типу решаемых задач;
 - б) по характеру обобщений;
 - в) по активности субъекта;
 - г) по ведущему анализатору.
82. Синонимом термина «репродуктивное» является термин:
- а) эмпирическое;
 - б) творческое;
 - в) воспроизводящее;
 - г) дивергентное.
83. Центральной особенностью допонятийного мышления является:
- а) эгоизм;
 - б) эгоцентризм;
 - в) эгоидентичность;
 - г) эго-состояние.

84. Состояние аффективной реакции сопровождается:

- а) ускорением мыслительных процессов;
- б) нарушением способности понимания сложных отношений между явлениями;
- в) чувствительностью к решению проблем;
- г) внешней активностью.

85. Состояние эмоциональной напряженности характеризуется:

- а) интенсивными эмоциональными переживаниями в ходе деятельности, оценочным, эмоциональным отношением человека к условиям ее протекания;
- б) слабыми эмоциональными переживаниями в ходе деятельности, безоценочным, эмоциональным отношением человека к условиям ее протекания;
- в) сверхболезненными эмоциональными переживаниями в ходе деятельности, оценочным, эмоциональным отношением человека к условиям ее протекания;
- г) скрытыми от окружающих эмоциональными переживаниями в ходе деятельности.

86. Эмоциональная устойчивость и работоспособность людей повышается, если они заранее изучили:

- а) особенности предстоящей деятельности;
- б) орудия и средства труда;
- в) последствия неправильных действий;
- г) возможности отказа от данной деятельности.

Учебное издание

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ
ДЛЯ СПЕЦИАЛЬНОСТИ 6-05-0313-01 ПСИХОЛОГИЯ

Учебно-методический комплекс по учебной дисциплине

Составители:

БОГОМАЗ Сергей Леонидович
КОСАРЕВСКАЯ Татьяна Евстафьевна
МОРОЖАНОВА Мария Михайловна

Технический редактор

Г.В. Разбоева

Компьютерный дизайн

Л.В. Рудницкая

Подписано в печать 29.12.2023. Формат 60x84 ¹/₁₆. Бумага офсетная.

Усл. печ. л. 9,53. Уч.-изд. л. 12,08. Тираж 45 экз. Заказ 170.

Издатель и полиграфическое исполнение – учреждение образования
«Витебский государственный университет имени П.М. Машерова».

Свидетельство о государственной регистрации в качестве издателя,
изготовителя, распространителя печатных изданий

№ 1/255 от 31.03.2014.

Отпечатано на ризографе учреждения образования
«Витебский государственный университет имени П.М. Машерова».

210038, г. Витебск, Московский проспект, 33.