Под общей ред. *М.В. Гамезо*

Общая психология

Учебно-методическое пособие

Ось-89
МОСКВА

УДК 159.9 (075.8)
ББК 88.8я73
Г 182

Гамезо М.В., Герасимова В.С., Машурцева Д.А., Орлова Л.М.

Г 182 Общая психология: Учебно-методическое пособие / Под общ. ред. М.В. Гамезо. – М.: Ось-89, 2007. – 352 с.

ISBN 5-98534-569-6

Учебно-методическое пособие представляет собой издание справочного характера по общей психологии. Пособие включает три части: «Справочные материалы по основным темам общей психологии», «Методические вопросы преподавания психологии», «Словарь-справочник», включающий терминологические и биографические сведения.

Разносторонность его содержание и специфическое его структурирование позволит читателю (обучающемуся) овладеть базовыми психологическими понятиями в их системе, что в свою очередь создает предпосылки для более успешного освоения теорией и практикой современной психологической науки. Оригинальным и новым по сравнению с имеющимися учебно-методическими пособиями является освещение не только тематического содержания, но и методических вопросов преподавания психологии, разработанных и апробированных в многолетней педагогической деятельности В.С. Герасимовой. Большое место занимают таблицы и рисунки, что несомненно помогает восприятию и переработке информации, в том числе усвоению психологического тезауруса. Пособие разработано в соответствии с Государственным образовательным стандартом.

Издание адресовано студентам, аспирантам, преподавателям вузов, в учебный план которых входит психология, а также всем, кто интересуется проблемами психологии.

ББК 88.8я73

ISBN 5-98534-569-6

ВВЕДЕНИЕ

Предлагаемое читателю учебно-методическое пособие представляет собой двухтомник информационно-справочного характера: I. Общая психология: информационно-методические материалы; II. Общая психология: словарь-справочник.

Бесспорно, трудно переоценить важность справочно-информационных материалов в современном мире в любой области человеческого знания. Не является исключением и область психологии.

Психологическая литература на сегодняшний день накопила солидный материал такого рода (словари, энциклопедии, атласы и т.п.). Весьма заметным событием в отечественной литературе явилось издание шеститомного психологического лексикона под общей редакцией академика А.В. Петровского в 2005 году.

Но, как показывает многолетний опыт практического вузовского и дополнительного образования, основные (базовые) психологические понятия в их взаимодействии и реальном практическом использовании не усваиваются, не становятся фундаментом, на котором можно было бы строить процесс успешного овладения психологическим знанием на новом качественном уровне как в области общей психологии, так и в отдельных ее областях (возрастной, социальной, педагогической, медицинской, практической и т.д.).

Мы надеемся, что данное издание существенно восполнит этот пробел, так как и содержание, и построение материала направлены именно на овладение читателем фундаментом психологического знания, то есть **системой понятий по общей психологии.**

Весьма важным, на наш взгляд, и новым в такого рода изданиях является включение информационно-справочного материала **по методике преподавания психологии**. Успешность овладения основами психологического знания во многом зависят от того, как осуществляется этот многогранный процесс, насколько профессионально, адекватно целям и задачам. Считаем, что этот материал будет сущес-

твенным подспорьем в процессе овладения конкретным психологическим знанием, а также для теории и практики психологического образования в целом.

При подготовке учебно-методического пособия использованы материалы словарей, энциклопедий, учебников (см. список литературы), а также вышедшие ранее работы авторов («Атлас по психологии», «Методика преподавания психологии», словари).

Пособие содержит три части. **I часть – справочные материалы по основным темам общей психологии**. Здесь представлено краткое систематическое изложение курса в определенном авторском видении. Все темы излагаются в едином ключе, унифицированы по определенному плану. Представленный план выверен авторами в процессе преподавания психологии и позволяет охватить не только все существенное содержание, но и не упустить отдельных особенностей, что можно наблюдать в современных учебных пособиях. Авторы считают существенными следующие пункты плана:

1) понятие,
2) функции,
3) механизмы,
4) теории,
5) классификация видов,
6) свойства (закономерности),
7) развитие в онтогенезе,
8) нарушения,
9) индивидуальные особенности,
10) изучение (экспериментальное и диагностическое).

Последние четыре пункта излагаются кратко в силу наличия в учебных планах вузов специальных учебных дисциплин этого профиля.

Особенность изложения заключается еще и в том, что после изложения каждого пункта плана дается перечень встречающихся понятий с их формулировкой и выделенные жирным шрифтом.

II часть пособия посвящена методике преподавания психологии. Здесь представлены наиболее важные и слабо исследованные аспекты преподавания общей психологии.

Авторы остановились на трех аспектах:

1) работа преподавателя с психологической терминологией, поскольку таково назначение словаря-справочника;

2) семиотические аспекты преподавания психологии. Авторы убеждены, что только единство чувственного (особенно знакового)

и рационального (словесного) может обеспечить полноценное усвоение знаний. Представленное пособие содержит 12 таблиц и более 40 рисунков;

3) роль задач в усвоении психологических знаний. Задачи еще слабо используются в преподавании психологии, но они незаменимы. Нельзя научить мыслить, не решая задач.

III часть представляет собой словарь-справочник. Сюда включены все термины, которые выделены жирным шрифтом в части 1, полностью, без искажений, но иногда и дополненные, так как в разных темах понятия могут раскрываться в разной степени полноты. Кроме того включены термины, не вошедшие в часть 1, но встречающиеся в учебниках по общей психологии и других учебных изданиях и словарях. В этой части пособия представлен краткий библиографический справочник с кратким описанием существенных сторон биографий и научной деятельности известных отечественных и зарубежных психологов. Почти все имена, встречающиеся в тексте, представлены в той или иной степени.

КАК РАБОТАТЬ С ПОСОБИЕМ

1. Сначала следует прочитать введение.

2. Затем можно приступить к чтению темы 1, затем 2, 3 и т.д. Обратите внимание на то, что в тексте жирным шрифтом выделены основные понятия и термины.

3. Читая содержание темы или ее части, особое внимание уделите терминам. Их интерпретацию вы найдете после каждого фрагмента темы.

4. Если, работая над какой-либо темой, вы встречаетесь с термином, который забыли или плохо поняли его значение, а после фрагмента темы этот термин вы не обнаружили, то обратитесь к **словарю-справочнику** (том II пособия).

Внимание!

Термины в словаре расположены в соответствии с основным понятием темы (ощущением, восприятием, памятью и т.д.). Так, например, термин ***«колебание внимания»*** будет расположен в разделе на букву «В », то есть ***«Внимания колебание»***, а не на букву «К»; термин ***«зрительные ощущения»*** ищите в разделе на букву «О»: ***«ощущения зрительные»***; термин ***«гипербола»*** (в теме «Воображение») будет располагаться в разделе на букву «В», то есть ***«Воображение: гипербола»***.

4. Встречаясь с именами ученых, не забывайте заглядывать в Краткий биографический справочник (том II).

5. Затем целесообразно прочитать текст части II: **Методические вопросы преподавания психологии** (не важно, что вы, может быть, не преподаватель). К этому разделу можно обращаться при освоении любой темы. Это будет способствовать более осмысленному и глубокому усвоению материала.

ЧАСТЬ 1

СПРАВОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ОСНОВНЫМ ТЕМАМ ОБЩЕЙ ПСИХОЛОГИИ

РАЗДЕЛ 1

введение в психологию

ТЕМА 1 • ПРЕДМЕТ ПСИХОЛОГИИ

ПОДХОДЫ К ПОНИМАНИЮ ПРЕДМЕТА ПСИХОЛОГИИ

Понимание предмета психологии в науке сложилось не сразу. Процесс его становления проходил в четыре этапа.

1-й этап (V в. до н.э.) – предметом изучения была **душа**. Представления о душе были как идеалистическими, так и материалистическими. Идеалист Платон, например, считал душу нематериальной, незримой, нетленной, а материалисты Гераклит и Демокрит – частицей природы, атомом огня, то есть материальной. Далее в результате борьбы этих двух направлений идеализм стал основой религии, а материализм был запрещен (вплоть до XVII в.). В этот период душа стала рассматриваться как нечто независимое от тела, как особая сущность. Двойственность души – **дуализм (лат. dialia – двойственный)** в наиболее развитой форме был представлен в учении **Рене Декарта (1596–1650).**

2-й этап (XVII в.) ознаменовался бурным развитием естественных наук и предметом психологии стало **сознание.** Оно понималось как способность чувствовать, желать, мыслить. Материальный мир не изучался. Методом изучения сознания стала **интроспекция,** то есть самонаблюдение, самоосмысление, а научное направление стало называться интроспективной психологией. Представителем этого направления стал английский ученый **Джон Локк (1632–1704).** В рамках интроспективной психологии в 1879 г. в Лейпциге **Вильгельмом Вундтом (1832–1920)** была создана первая экспериментальная психологическая лаборатория. Это событие ознаменовало появление экспериментального метода в психологии, а **1879** год стал годом рождения научной психологии. Начавшаяся критика интроспекции (невозможность одновременно выполнять действие и его

анализировать; игнорирование бессознательного и пр.) подготовила переход к следующему этапу.

3-й этап (XIX в.) – в связи с успехами в медицине, экспериментами над животными и др. предметом психологии становится **поведение** (американский ученый **Джон Уотсон (1878–1958)** и др.). Появилось мощное научное направление в американской психологии, которое было названо **бихевиоризмом.** Поведение объяснялось характером стимула, который вызывает реакцию (поведение): **(S – R)** стимул – реакция. В это время появляется ряд попыток объяснить поведение не стимулами, а другими факторами. Так появляются основные психологические концепции:

– **гештальтпсихология – Вольфганг Келер (1887–1967), Макс Вертгеймер (1880–1943)** (предмет изучения – особенности восприятия);

– **психоанализ и неофрейдизм – Зигмунд Фрейд (1856–1939), Карл Густав Юнг (1875 -1961), Альфред Адлер (1870–1937)** (предмет изучения – бессознательное);

– **когнитивная психология – Ульрих Найсер, Джером Сеймон Брунер** (предмет изучения – познавательные процессы);

– **генетическая психология – Жан Пиаже (1896–1980)**(предмет – развитие мышления).

Основы отечественной научной психологии тоже закладываются в конце XIX – начале XX вв. Происходит становление «рефлексологии» – **Владимир Михайлович Бехтерев (1857–1927), Борис Герасимович Ананьев (1829–1905).**

4-й этап (XX в.) знаменуется появлением в отечественной психологии **диалектико-материалистической концепции**, которая базировалась на философской теории отражения (предмет изучения – психика) – **Павел Петрович Блонский (1884–1941), Константин Николаевич Корнилов (1879–1957).**

Одним из наиболее важных направлений, сформировавшимся в 20–30-х гг., стала «культурно-историческая теория», разработанная **Львом Семеновичем Выготским (1896–1934)**, затем – психологическая теория деятельности, связанная с именем **Алексея Николаевича Леонтьева (1903–1979)** (предмет – психическая деятельность).

На Западе появляется **гуманистическая психология – Карл Роджерс (1902–1987), Абрахам Маслоу (1908–1970)** (предмет – особенности личности).

В 60-х годах XX в. приковывает к себе внимание новое направление **– трансперсональная психология** (**Станислав Гроф**), изучающая предельные возможности психики человека.

В настоящее время происходит интеграция разных направлений. Психологи используют понятия и методы *того или иного* направления в зависимости от особенностей решаемых проблем и задач. **Единого представления о предмете психологии не существует**.

Предметом психологии в отечественной психологии является психика, психическая деятельность. Однако определения этого понятия формулируются по-разному.

Предмет психологии – 1) психика – свойство высокоорганизованной материи (мозга) отражать объективную действительность и на основе формируемого при этом психического образа целесообразно регулировать деятельность субъекта и его поведение; 2) закономерности, тенденции, особенности развития и функционирования психики человека; 3) факты, закономерности и механизмы психики; 4) структура субъекта психической деятельности и процессы его взаимоотношений с реальностью.

Интроспекция – самонаблюдение – наблюдение, объектом которого являются психические состояния самого субъекта.

Дуализм – идеалистическое философское учение, рассматривающее духовное и материальное как равнозначные начала. В наиболее развитой форме это учение представлено у французского ученого Рене Декарта.

Бихевиоризм – механистическое направление в психологии, возникшее в США в начале XX века. По мнению представителей этой школы, предметом изучения психологии может быть только поведение человека, под которым понимают действия, поступки, порожденные исключительно внешними причинами. Роль сознания отрицалась. Основоположники – Д. Уотсон, Э. Торндайк.

Гештальтпсихология – одна из школ современной зарубежной психологии, использующая для объяснения сложных психических явлений принцип их целостности («гештальты»).

Гештальт (нем. Gestalt) – целостная форма, образ, структура.

Психоанализ – направление в психологии, возникшее в начале XX в., согласно которому основная роль в поведении человека принадлежит бессознательным влечениям и инстинктам. Недооценивается ведущая роль сознания. Основоположник – австрийский психиатр З. Фрейд.

Неофрейдизм – одно из направлений психологии, представители которого так или иначе опираются на идеи психоанализа З. Фрейда.

Когнитивная (лат. cognitio – знание) ***психология*** – психология знания, изучает познавательные процессы. Поведение объясняется знанием схем действия.

Генетическая психология – психологическое направление, изучающее развитие мышления. Поведение объясняется развитостью мышления, которое развивается с детства стадийно(Ж. Пиаже).

Гуманистическая психология – направление, в котором личность рассматривается как высшее существо, ставящее перед собой цель самосовершенствования и стремящееся к ее достижению.

Теория отражения – основа научной психологии, рассматривающая психические явления как одну из форм отражения действительности.

Психическое отражение, регулируя поведение субъекта, обеспечивает его взаимосвязь со средой.

Психика – свойство высокоорганизованной материи (мозга) субъективно отражать объективно и независимо от сознания существующую действительность, обеспечивающее целесообразность поведения и деятельности живого организма.

Трансперсональная психология (лат. trans – через, persona – личность («Я» – выход за пределы личности, себя) – одно из направлений современной психологии. Она изучает сознание в широком спектре его проявлений: множественность состояний сознания, духовный кризис, околосмертные переживания, развитие интуиции, творчества, высшие состояния сознания, личностные ресурсы, парапсихологические феномены, описывает предельные возможности психики человека (космическое состояние), переживания человека, которые могут привести человека к смене фундаментальных ценностей, духовного перерождения. Это переживание момента рождения и смерти. Она опирается на целостное видение человека в перспективе его духовного роста, классическую и неклассическую философскую антропологию, мировые духовные традиции, разнообразные способы самопознания и психотерапии, такие как медитация, холотропное дыхание, телесно ориентированная психотерапия, терапия искусством, работа со сновидениями, активное воображение и т.д. Лидерами современной трансперсональной (надличностной) психологии являются С. Гроф, К. Уилбер, Ч. Тарт и другие.

ПОНЯТИЕ О ПСИХИКЕ

Предметом отечественной психологической науки считается психика. Хотя определения этого понятия учеными даются по-разному, одно из устоявшихся рассматривает психику через категорию отражения. Это определение указывает на три основные характе-

ристики психики. Во-первых, психика – это свойство только живой материи, но не всякой, а высокоорганизованной (мозга). Во-вторых, живая материя, получая информацию об окружающем мире, способна создавать его психический образ (субъективный и нематериальный), который с определенной мерой точности является копией материальных объектов реального мира. В-третьих, получаемая живым существом информация об окружающем мире служит основой регуляции внутренней среды организма и формирования поведения. Эта информация дает возможность живым организмам относительно длительно существовать в постоянно изменяющейся среде обитания. Таким образом, основными функциями психики являются:

Рис. 1. Функции психики

Психика – 1) свойство высокоорганизованной материи (мозга) отражать объективную действительность и на основе формируемого при этом психического образа целесообразно регулировать деятельность субъекта и его поведение; 2) (по М.Г. Ярошевскому) высшая форма взаимосвязи живых существ с предметным миром, выраженная в их способности реализовывать свои побуждения и действовать на основе информации о нем. На уровне человека психика приобретает качественно новый характер в силу того, что его биологическая природа преобразуется социокультурными факторами. Благодаря этим факторам возникает внутренний план жизнедеятельности – сознание, а индивид становится личностью; 3) (по

А.В. Петровскому) система неотторжимых от живого существа процессов и состояний взаимоперехода объективных и субъективных атрибутов его бытия.

Рис. 2. Основные формы проявления психики и их взаимосвязь

БИОЛОГИЧЕСКАЯ ПРИРОДА ПСИХИКИ

Психика – результат сложной деятельности мозга. Следовательно, материальное первично, а психическое вторично. Психическая деятельность осуществляется посредством множества специальных физиологических механизмов. Взаимодействие разных частей организма между собой и установление взаимосвязи с окружающей средой осуществляется нервной системой. Психика носит рефлекторный характер. По утверждению И.М. Сеченова, все акты сознательной и бессознательной жизни по способу происхождения суть рефлексы. Основным механизмом психики является рефлекторное «кольцо» (И.П. Павлов – рефлекторная дуга, П.К. Анохин – кольцо).

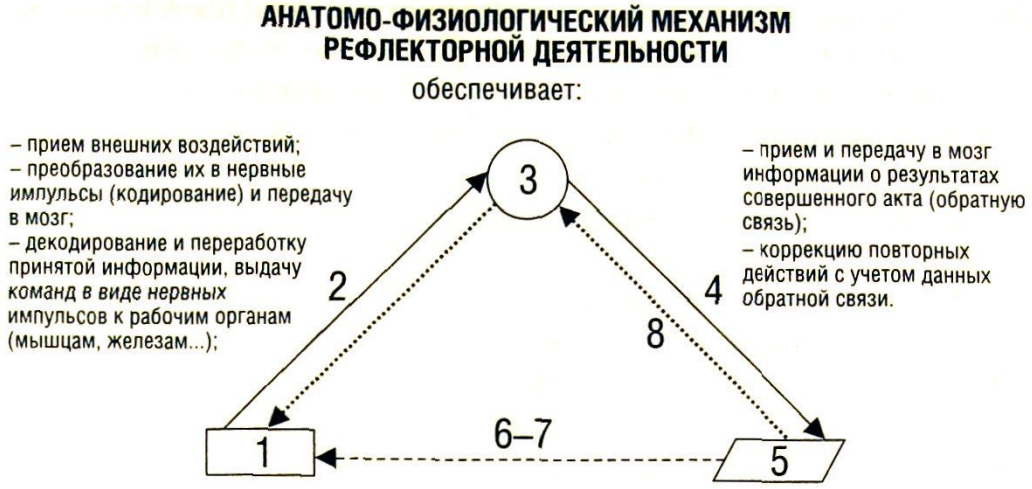


Рис. 3. Принципиальная функциональная схема анализатора (1-2-3), рефлекторной дуги (1-2-3-4-5) и рефлекторного кольца (1-2-3-4-5-6-7-1):

1 – рецептор; *2* – афферентный нервный путь; *3* – центральное звено; *4* – эфферентный нервный путь; *5* – эффектор; *6–7* – канал обратной связи

Исследование П.К. Анохина показало, что рефлекторное кольцо является универсальным механизмом саморегулирования всего поведения животных и человека. Он ввел также понятие «**акцептор действия**» – модель результата предстоящего действия. Это позволяет отражать воздействующий на организм мир с опережением того, что лишь будет в нем совершаться в последующем.

Главный орган психики мозг имеет сложную функциональную организацию (**Алексей Романович Лурия (1902–1977).** Он включает три основных блока: 1) энергетический (верхний отдел мозгового ствола), 2) приема, переработки и хранения информации (задние отделы обоих полушарий, теменные, затылочные, височные отделы коры), 3) программирования, регуляции и контроля деятельности (лобные отделы коры). При поражении:

1-го блока – нарушается внимание, появляется сонливость, нарушается работа;

2-го блока – потеря чувствительности (кожной и глубокой), теряется четкость движений и др.;

3-го блока – дефекты поведения, изменения в сфере движений.

Для регуляции психической деятельности важное значение имеет открытый **Николаем Александровичем Бернштейном (1896–1966)** принцип сенсорной коррекции, на основе которого происходит регулирование движений. Он состоит в том, что регулирование

происходит на основе данных сравнения поступающей в мозг информации и от проприоцепторов и программы движения.

Рефлекс (лат. reflexus) – ответный акт организма, детерминированный воздействием факторов внешней и внутренней среды на соответствующие рецепторы.

Рефлекс безусловный – врожденное, инстинктивное реагирование на стимул.

Рефлекс условный – временная связь, вырабатываемая путем сочетания условного и безусловного раздражителей.

Рецепторы (лат. receptor – принимающий) – специальные чувствительные нервные образования, воспринимающие раздражения из внешней или внутренней среды и перерабатывающие их в нервные сигналы.

Афферентный (лат. afferents – приносящий) ***путь*** – пути, передающие нервные возбуждения от периферических нервных окончаний к центральным нейронам коры головного мозга.

Эфферентный нервный путь – нервный путь, проводящий нервные импульсы из центральной нервной системы к исполнительному органу.

Эффектор – исполнительная часть рефлекторного кольца (мышца, железа) в отличие от воспринимающей – рецептора.

Акцептор (лат. acceptor – проникающий) ***действия*** – нейродинамическая модель результата предстоящего действия, представленная в центральной нервной системе. Включает основные характеристики действия и участвует в его регуляции. Термин введен *П.К. Анохиным.*

ТЕМА 2 • РАЗВИТИЕ ПСИХИКИ В ФИЛОГЕНЕЗЕ

ВОЗНИКНОВЕНИЕ И РАЗВИТИЕ ПСИХИКИ ЖИВОТНЫХ

Наибольшее развитие и признание получила теория развития психики, предложенная **А.Н. Леонтьевым**. Он экспериментально доказал, что психическое отражение возникло в результате длительной эволюции природы изменяющихся условий существования.

На определенном этапе развития появилась живая материя (растения и простейшие организмы). Чтобы выжить, эти организмы приспособились и стали отражать те свойства окружающего мира, которые были для них биологически значимыми (тепло, холод, прикосновения, свет, химические вещества и т.п.). Эта способность названа ***раздражимостью***. Раздражимость возникает только при непос-

редственном воздействии раздражителя на организм. Дальнейшее усложнение условий существования (выход на сушу и пр.) привело к появлению способности отражать и биологически не значимые раздражители, но имеющие сигнальное значение (цвет, звуки, запахи и т.д.). Такая способность названа ***чувствительностью***. Чувствительность возникает уже без непосредственного воздействия раздражителя на организм, что позволяет более активно регулировать свое поведение (уход от объекта, приближение, поиск значимого объекта). Эта способность появилась только у тех организмов, у которых развилась нервная система. Чувствительность – это элементарная форма психики. Поэтому А.Н. Леонтьев назвал ее ***критерием психического***. Организмы, которые обладают чувствительностью, находятся на 1-й стадии психического развития – **стадии сенсорной психики, которая имеет два уровня: низший и высший.** В процессе дальнейшей эволюции природы выделились организмы, способные отражать мир предметно (выделять форму, размеры, движения, и т.п.).

Новая стадия развития животных названа стадией **перцептивной психики (имеет два уровня: низший, высший и наивысший).** Особенности психики животных обнаруживаются в их поведении. К основным видам поведения животных относят: инстинкты, навыки и интеллектуальное поведение (см. рис. 5). Таким образом, психика появилась как результат противоречий между усложняющимися условиями обитания организмов и необходимостью выживания, приспособления. Стадии развития психики подробно описанны А.Н. Леонтьевым в книге «Проблемы развития психики».

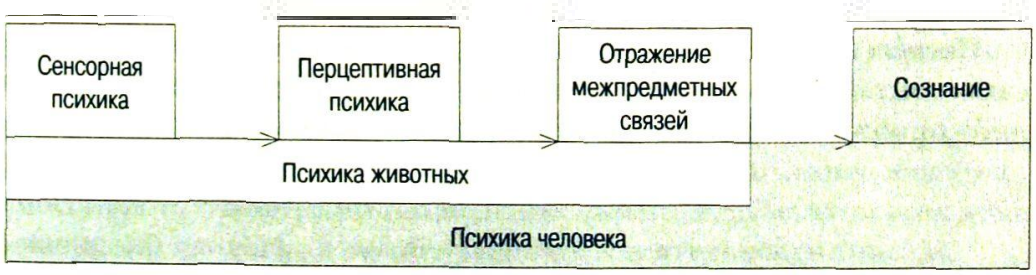


Рис. 4. Развитие психики в онтогенезе

Филогенез (греч. phylē – племя, род, вид; генез – происхождение, история рода) – происхождение и в более широком смысле эволюция видов или другой формы животных или растений; эволюционная история.

Онтогенез (греч. ontos – сущее; genesis – происходящее, рождение) – происхождение и развитие отдельного организма, биологическое развитие организма от момента рождения до окончания жизни.

Раздражимость – 1) в широком смысле – свойственная всей живой материи способность изменять физиологическое состояние под влиянием факторов внешних раздражителей; 2) способность организмов реагировать на биологически значимые раздражители.

Чувствительность – 1)способность живых организмов реагировать на раздражители; 2) способность организмов отражать воздействия среды, не имеющие непосредственного биологического значения, но вызывающие психологическую реакцию в форме ощущений; 3) степень интенсивности ощущений; 4) понимание чувств другого человека, особенно осведомленность, основанная на относительно незначительных признаках; 5) уязвимость человека, вследствие которой ему легко причинить вред или оскорбить.

Активность – деятельность, состояние живых организмов как условие их существования в мире.

Инстинкты (лат. instinctus – побуждение) – сложные акты поведения, направленные на удовлетворение биологических потребностей и основанные на безусловных рефлексах.

Навыки – индивидуально приобретенные и закрепленные в упражнениях способы поведения животных.

Интеллектуальное поведение – поведение животных, характеризующееся «изобретением» ими новых способов решения задач, использованием внешних предметов как орудий, обходом препятствий, решением двухфазных задач, явлением инсайта и т.п.

Инсайт (лат. insighr – постижение, озарение) – неожиданное для самого человека внезапное понимание, нахождение решения какой-либо проблемы, над которой он долго и настойчиво думал.

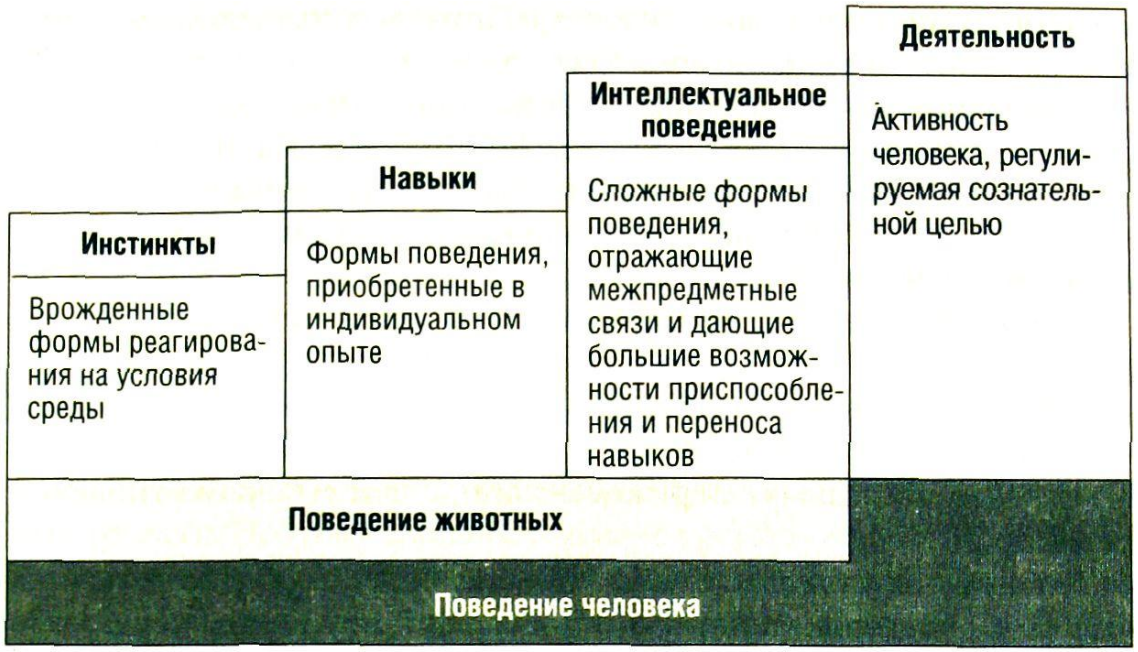


Рис. 5. Развитие форм поведения животных

ВОЗНИКНОВЕНИЕ И РАЗВИТИЕ ПСИХИКИ ЧЕЛОВЕКА

Катастрофическое изменение среды обитания для высокоразвитых организмов было толчком для изменения принципа приспособления. Теперь выживали не самые сильные, быстрые, с когтями и гребнем на черепе, а группы с совместной деятельностью. Труд оградил стадо от вымирания. Общественный труд породил серьезные изменения в психике человека: глаз стал более заметливым, рука стала и органом познания, внимание становилось произвольным, формировалось внимание к собственной деятельности и, как следствие теоретическое мышление, развивалось предвидение и планирование и инструмент планирования – язык и многое другое. Все это произошло революционным путем. Совместная деятельность укрепила способность подражать, способность к невербальному общению, способность к кооперации и передаче опыта. Результатом всех этих изменений явилось развитие сознания и деятельности (рис. 5).

СУЩНОСТЬ ПСИХИКИ ЧЕЛОВЕКА

Сознание

Сознание – ключевой и самый многозначный термин психологии и многих других наук.

Сознание – самое запутанное слово в словаре. Как теоретический термин сознание – высший уровень развития психики и саморе-

гуляции, присущий только человеку. Признаки сознания, отличающие сознание от психики животных, таковы:

– сознание – система знаний о мире в понятиях (выражает внутренние, глубинные связи явлений, их причины и сущность);

– сознание связано с языком и речью, в них и проявляется;

– сознание носит общественный характер. Только жизнь в обществе рождает сознание;

– оно позволяет отделять субъекта от объекта (человека – от природы);

– сознание предполагает наличие у субъекта способности к целенаправленной деятельности;

– сознание связано с переживаниями, с чувственным отношением к миру.

Все эти свойства позволяют человеку более свободно регулировать свое поведение (понимать окружающий мир и себя, передавать следующим поколениям не только индивидуальный опыт, но и опыт прошлых поколений, общественный опыт).

Источником сознания является внешний мир, оно активно и направлено на предметный мир и самого себя, связано с внутренними условиями («Внешние воздействия преломляются через внутренние условия» – С.Л. Рубинштейн).

Сознание неоднородно. Существуют сознание, предсознание и бессознательное.

Следует заметить, что фундаментальные проблемы сознания (что такое сознание, чем оно детерминировано и пр.) еще не решены. Однако психологи открыли множество удивительных явлений сознания. Например:

– выяснилось, что мозг воспринимает и хранит информацию, которая поступает в таких больших количествах, или с такой громадной скоростью, или столь малой интенсивности, что человек почти ничего из этого не осознает;

– обнаружено, что мозг почти мгновенно осуществляет вычислительные, логические и смысловые преобразования информации такой сложности, которые человек вообще не способен выполнить сознательно;

– видимо, существует специальный механизм, принимающий решения, что из воспринятой и переработанной мозгом информации следует осознавать, а что – нет. Этот механизм имеет тенденцию повторять как свои решения об осознании чего-либо, так и свои решения о неосознании этого;

– показано, что любое случайное явление осознается как закономерное, сознание приписывает ему какие-то причины;

– сознание не может не контролировать результаты своей деятельности. Стоит перед человеком поставить задачу не осознавать какую-либо информацию, как сознание тут же начинает проверять, удачно ли оно решает задачу игнорирования и тем самым автоматически обращает внимание на то, что должно игнорироваться;

– сознание неразрывно связано с деятельностью, так как оно контролирует ее;

– если сознание сталкивается с рассогласованием собственных построений и реальности, то оно защищает прежде всего собственные догадки. Поэтому сознание больше времени тратит на работу с неожиданными стимулами, а ожидаемые быстро перестают осознаваться. Информация, с которой ничего не надо делать, а только помнить, забывается вопреки сознательному желанию удерживать ее;

– сознание не столько отражает внешний мир, сколько конструирует его – потому мир его и называется субъективным;

– направленность сознания на конструирование догадок, как устроен мир (которые могут быть и ошибочными), позволяет выйти за пределы той весьма ограниченной информации о реальности, которую человек получает от органов чувств, и создавать представления о том, о чем напрямую нет никаких непосредственных данных: о космосе и микромире, о добре и зле, о своем «Я» или о сознании других людей.

Сознание – высший уровень психического отражения и саморегуляции, присущий только человеку.

Предсознание – психоаналитический термин, относящийся к знаниям, эмоциям, образам и т.д., которые не представлены в сознании в данный момент, но которые легко доступны.

Бессознательное

Не все психические процессы и состояния человек осознает, то есть не отдает себе отчет о своих действиях, поступках, мыслях. Это бессознательные процессы.

Бессознательное – 1) совокупность психических процессов, актов и состояний, обусловленных явлениями действительности, во влиянии которых субъект не отдает себе отчета; 2) форма психического отражения, в которой образ действительности и отношение к ней

субъекта не выступают как предмет специальной рефлексии, составляя нерасчлененное целое.

В бессознательном отражаемая реальность слитна с переживаниями субъекта и его отношением к ней, и потому невозможны произвольный контроль действий и оценка их результата. Неосознаваемые (бессознательные) процессы проявляются в разнообразных формах. Выделяют три класса (см. табл. 1):

1) надсознательные процессы. В процессе сознательной работы (решения задач) попутно может идти неосознаваемая работа мысли. В определенный момент эта неосознаваемая работа включается в сознательный процесс, и возникает внезапное интуитивное решение – инсайт. Решение найдено, но объяснить, как это произошло, человек не может. Только речевой отчет позволит осознать решение. Аналогично могут происходить воспоминания, возникать образы воображения и пр.;

2) неосознаваемые побудители деятельности (неосознаваемые мотивы и установки). Роль установки (готовности организма к совершению определенных действий) была изучена **Д.Н. Узнадзе.** В процессе жизни у человека формируется неосознаваемая готовность, например, брать маленькие предметы тремя пальцами, большой предмет воспринимать как более тяжелый и т.д. Могут быть и социальные установки: эффект ложного согласия (все так говорят), тенденция положительно оценивать друзей и пр.

Различного рода влечения, желания и мотивы могут также не осознаваться (любовь с первого взгляда, чувство симпатии, мотивы поступков). Эту форму бессознательного пытался объяснить **З. Фрейд** (см. рис. 6). Под бессознательным он понимал нереализованные влечения, которые из-за конфликта с требованиями социальных норм не допускались в сознание, отчуждались с помощью механизма вытеснения, обнаруживая себя в обмолвках, оговорках, сновидениях и пр.

Особенность этого проявления бессознательного состоит в том, что осознание причин таких влечений не приводит к исчезновению переживаний и для их устранения требуются специальные психотерапевтические методы.

3) неосознаваемые регуляторы выполнения деятельности (автоматизмы – ходьба, умения, навыки, привычки, способы действий (например, решения задач и пр.).

Таблица 1

Неосознаваемые процессы в психике человека

№	Классы	Формы
1.	Неосознаваемые механизмы сознательных действий	1) неосознаваемые автоматизмы, 2) неосознаваемые установки, 3) неосознаваемые сопровождения сознательных действий
2.	Неосознаваемые побудители сознательных действий	Мотивы, влечения, инстинкты
3.	Надсознательные процессы	Интуитивное мышление

Рис. 6. Представление З. Фрейда о сознании и бессознательном человека

Бессознательное проявляется также в ранних формах познания ребенка, в первобытном мышлении, под влиянием гипноза. Оно является необходимым условием создания целостной объектив-

ной картины психической жизни личности. Бессознательное помогает человеку чувствовать тождественность самому себе, берет на себя управление поведением, когда сознание справилось с трудностями и решение принято. Бессознательное – специфически человеческое явление и не является низшим уровнем психики. Оно детерминировано общественными условиями сознания и связано с ним.

Интуиция – способность быстро находить верное решение задачи и ориентироваться в сложных жизненных ситуациях, а также предвидеть ход событий.

Мотив – внутренняя устойчивая психологическая причина поведения или поступка человека.

Установка – готовность, предрасположенность к определенным действиям или реакциям на определенные стимулы.

Вытеснение – один из механизмов психологической защиты (в психоаналитической теории личности). Под влиянием вытеснения из сознания выводятся в сферу бессознательного сведения (импульсы), вызывающие у личности сильные эмоциональные переживания. Вытесненные импульсы, как правило, неприемлемы для сознания по своим морально-этическим особенностям.

Отличие психики человека от психики животных

Долгое время в психологии существовало два направления, объясняющие происхождение и сущность психики человека. Идеалистическое (религиозное), придерживающееся божественного происхождения человека, и биологическое, представители которого (И.П. Павлов) приписывали человеку животное происхождение и считали, что психика человека не отличается от психики животных. Л.С. Выготский доказал, что психика человека в корне отличается от психики животных. Эту мысль он развил в своей «Культурно-исторической концепции развития психики человека». Основные положения этой концепции гласят:

1) переход от психики животных к психике человека в корне изменил отношение субъекта и среды: теперь не среда изменяет человека, а человек среду при помощи орудий труда и развития материального производства;

2) человек в своем развитии научился владеть своей психикой, используя специальные психологические орудия – знаки (естественного языка, научных знаков, и т.п.);

3) сначала человек с помощью психологических орудий (знаков – язык и др.) действовал на других людей и лишь потом – на самого себя.

Л.С. Выготский в психике человека выделил два уровня: натуральные психические функции (НПФ) и «культурные» или высшие психические (ВПФ).

1. Натуральные ПФ – сенсомоторные функции и все непроизвольные. Они не имеют особенностей у «культурного» человека, отличных от животных.

2. ВПФ («культурные») – произвольные функции, мышление, воображение. Эти функции у человека качественно иные, чем у животных. Они обладают свойствами: произвольности, опосредованности (знаками), осознанности и взаимозаменяемости. Человек может пользоваться как функциями первого уровня, так и второго.

Л.С. Выготский Л.С. сформулировал закон становления ВПФ, переход к которым в корне изменяет всю психическую деятельность человека.

Закон становления ВПФ – всякая функция в культурном развитии человека появляется на сцену дважды: сперва в социальном развитии ребенка как интерпсихическая (приобретенная), в затем – во внутреннем плане как интрапсихическая (своя). Таким образом, ВПФ усваиваются, а не получаются генным путем.

Высшие психические функции (ВПФ) – преобразованные под влиянием жизни в обществе, обучения и воспитания психические процессы человека. Понятие введено Л.С. Выготским в рамках культурно-исторической теории развития.

Знак – материальный, чувственно воспринимаемый предмет, явление или действие, выступающий в процессе познания и общения в качестве заместителя другого предмета или явления и используемый для получения, хранения, преобразования и передачи информации.

Интер – составная часть сложных терминов, означающая – «между, среди» или «взаимный».

Интра – префикс, в переводе с латинского языка означает – «внутри».

Интерпсихическая функция – возникшая во взаимодействии ребенка с другими людьми.

Интрапсихическая функция – внутренняя, перешедшая во внутренний план.

ПОНЯТИЕ

Наиболее полно это понятие отражено в психологической теории деятельности, которая связана с именами Л.С. Выготского, С.Л. Рубинштейна, А.Н. Леонтьева, А.Р. Лурия, П.Я. Гальперина и изложена в книге А.Н. Леонтьева «Деятельность. Сознание. Личность».

Деятельность рассматривается в психологии в двух функциях: как предмет исследования и как объяснительный принцип.

Деятельность как предмет исследования предполагает рассмотрение ее с точки зрения понятия и структуры.

***Деятельность* – это внешняя и внутренняя активность человека, регулируемая сознательной целью.** Внешняя деятельность – это предметная, материальная деятельность, а внутренняя – это деятельность памяти, мышления и т.п.

Рассматривая деятельность как предмет исследования, А.Н. Леонтьев выделял ее структуру, которая включает:

1. Предметное содержание:

а) *потребность* – нужда, состояние напряженности, которая побуждает к поисковой деятельности, в процессе которой находится (фиксируется) предмет потребности;

б) *мотив* – побудитель деятельности. С появлением мотива резко меняется все поведение, оно становится направленным;

в) *цель* – то, на что направлена деятельность. Цель всегда осознается личностью до начала самой деятельности (антиципация);

г) *условия* – внешние (материальные, предметные) и внутренние (уровень развития познавательных процессов), от которых зависят результат и качество деятельности.

2. Операциональная часть:

а) *действия* – это относительно завершенные элементы деятельности, направленные на достижение определенной, промежуточной, сознательной цели. Цель действия, как правило, осознается. Если это не так, то действие называют импульсивным. Действия могут быть внешними (например, двигательные, внешняя речь) или внутренними (например, мнемические, умственные, сенсорные, перцептивные и пр.). Внешние и внутренние действия взаимосвязаны и могут переходить друг в друга.

Переход внешнего действия во внутреннее называется **интериоризацией**. Например, действие сложения ребенок сначала про-

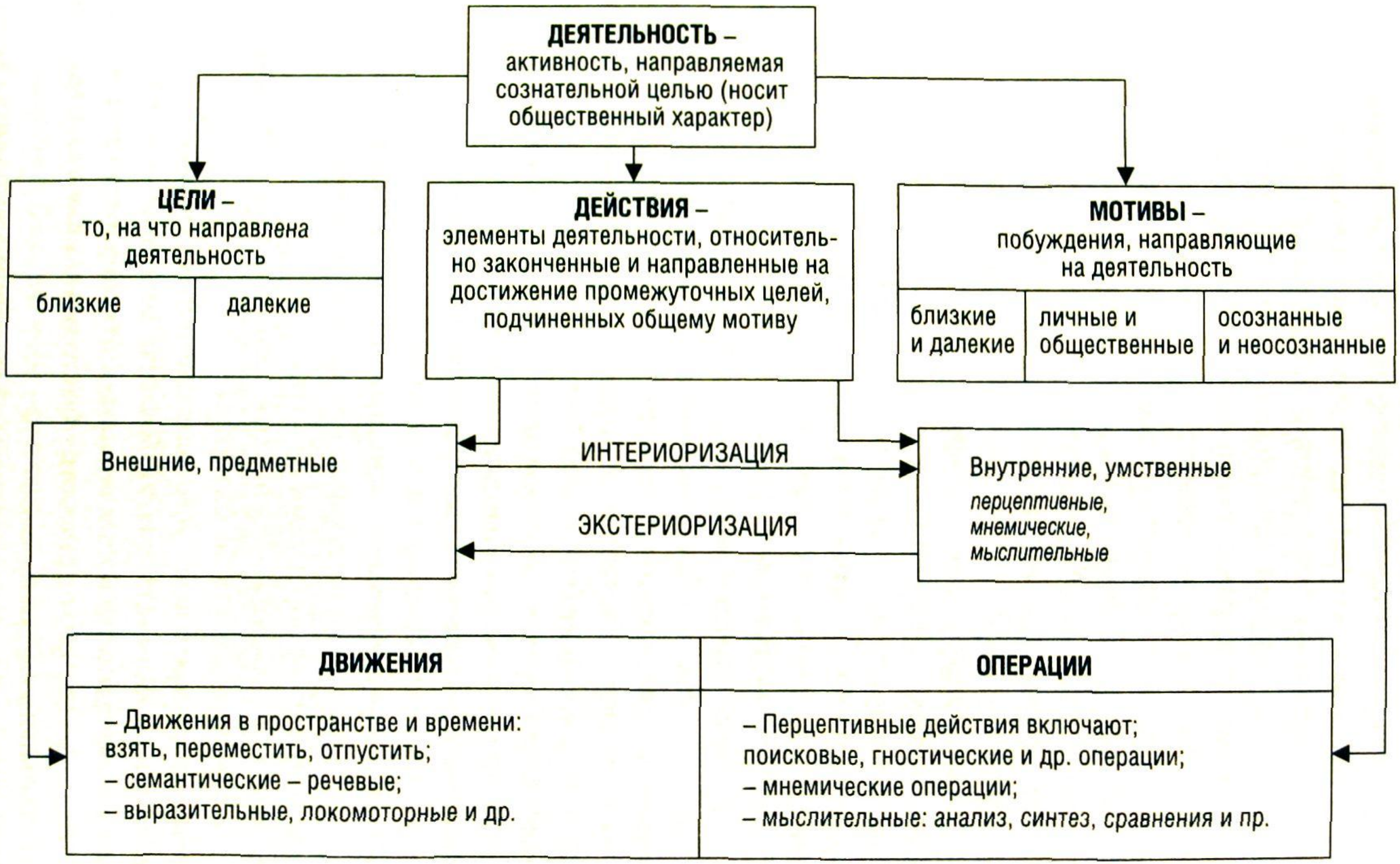


Рис. 7. Структура деятельности

изводит с посмощью внешних действий, на палочках, и только потом они становятся внутренними умственными действиями. Переход внутреннего действия вовнешнее называют **экстериоризацией**. Например, рассуждения ребенка о том, как он выполнил действие счета, и есть перевод его внутренних действий (мыслей) вовнешние (внешнюю речь). Важное значение для достижения результата деятельности имеют контрольные и самооценочные действия;

б) действия состоят из элементов, которые называют **операциями** – это способы выполнения действий. Цели операций не осознаются. Операции тоже могут быть внешними и внутренними (внешние – взять, переместить, опустить; внутренние – анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстракция, конкретизация).

Активность – свойство всего живого. Активность личности проявляется в ее сознательных, избирательных действиях.

Деятельность – специфически человеческая, регулируемая сознанием активность, порождаемая потребностями и направленная на познание и преобразование внешнего мира и самого человека.

Цель – то, что реализует человеческую потребность и выступает в качестве образа конечного результата.

Антиципация – представление результата действия в сознании человека до того, как оно будет реально осуществлено.

Действие – относительно завершенный элемент деятельности, направленный на достижение определенной промежуточной, сознательной цели. Действие может быть как внешним, выполняемым в развернутой форме с участием двигательного аппарата и органов чувств, так и внутренним, выполняемым в уме.

Действия импульсивные – поступки, совершаемые непроизвольно и недостаточно контролируемые сознанием.

Действия перцептивные – основные структурные единицы процесса восприятия, включающие обнаружение объекта восприятия и соотнесение его с образцами памяти.

Действия мнемические – действия запоминания, удерживания и припоминания какого-либо материала.

Действия контрольные – действия сличения с образцом.

Действия умственные – разнообразные действия человека, выполняемые во внутреннем плане сознания. Экспериментально установлено, что в умственные действия обязательно включены моторные, двигательные компоненты.

Интериоризация – процесс преобразования внешних, предметных действий во внутренние, умственные.

Экстериоризация – переход от внутреннего, умственного плана действия к внешнему, реализуемому в форме приемов и действий с предметами.

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК ОБЪЯСНИТЕЛЬНЫЙ ПРИНЦИП

Категория деятельности как объяснительный принцип используется при изучении познавательных процессов, мотивации, воли, эмоций, личности и др. Это означает, что психика может рассматриваться как психическая деятельность со всеми ее структурными элементами, а не только как психический процесс. Так, рассматривая память как психическую деятельность, мы должны выделять: цель этой деятельности, мотивы, мнемические действия, а также действия контроля и самооценки. Это позволяет рассматривать память совершенно с другой стороны, а следовательно, выделять другие ранее неизвестные ее стороны и познавать эту психическую функцию глубже и основательнее. Объяснительный принцип лежит в основе принципов анализа психики в психологии: 1) принцип единства сознания и деятельности; 2) принцип единства строения внешней и внутренней деятельности; 3) принцип интериоризации – экстериоризации как механизм усвоения общественно-исторического опыта; 4) принцип зависимости психического отражения от места отражаемого объекта в структуре деятельности и др.

Введение категории деятельности изменило представление о психике, она стала рассматриваться и как результат (психический образ, умение, состояние, чувство и др.), и как процесс.

Концепция деятельности распространяется на широкий круг проблем (развития, обучения, профессиональной деятельности). Однако в научном мире она еще вызывает сомнения как определяющий принцип психологии.

ФУНКЦИИ

Деятельность, с одной стороны, есть условие развития личности и проявления ее качеств. С другой стороны, сама деятельность, в свою очередь, зависит от уровня развития личности, выступая субъектом этой деятельности.

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ

Реализация деятельности осуществляется на основе психофизиологических механизмов, изученных в русле «физиологии активности» Н.А. Бернштейна, теории «функциональных систем» П.К. Анохина и представлений о системной организации высших корковых функций А.Р. Лурия.

КЛАССИФИКАЦИИ ВИДОВ

Существует огромное многообразие человеческой деятельности. В психологии принято выделять основные виды деятельности: игру, учение и труд.

Игра – форма деятельности в условных ситуациях, направленная на воссоздание и усвоение общественного опыта, фиксированного в социально закрепленных способах осуществления предметных действий, в предметах науки и культуры.

Игра (детская) – вид деятельности, заключающийся в воспроизведении детьми действий взрослых и отношений между ними, направленный на познание окружающей действительности. И. служит одним из важнейших средств физического, умственного и нравственного воспитания.

Игра деловая – особый вид игры, использующийся в профессиональном обучении. Сущностью деловой игры является воссоздание с помощью имитационной и игровой моделей предметного, социального и психологического содержания совместного, профессионального труда специалиста, задается целостный контекст его профессиональной деятельности.

Учение – процесс приобретения и закрепления знаний и способов деятельности индивидом. Учение является необходимым компонентом любой деятельности и представляет собой процесс изменения ее субъекта.

Труд – целесообразная деятельность человека, направленная на изменение и преобразование действительности для удовлетворения своих потребностей, создание материальных и духовных ценностей.

По другой классификации выделяют: индивидуальную, групповую деятельности и общественно-историческую практику.

Деятельность индивидуальная – деятельность отдельного индивида.

Деятельность групповая – совместная деятельность группы людей

Деятельность ведущая – вид деятельности, в котором формируются качественные изменения личности в данный период, например, игра в период дошкольного детства.

СВОЙСТВА И ЗАКОНОМЕРНОСТИ

Основными характеристиками деятельности являются предметность и субъективность. **Предметность** означает, что объекты внешнего мира не непосредственно воздействуют на субъекта, а лишь будучи преобразованы в процессе деятельности, благодаря чему до-

стигается большая адекватность их отражения в сознании. Предметность свойственна исключительно человеческой деятельности. **Субъективность** деятельности выражается: в обусловленности психического образа прошлым опытом, потребностями, установками, эмоциями, целями и мотивами, определяющими направленность и избирательность деятельности, а также в личностном смысле, придаваемом различным событиям, действиям и деяниям.

Деятельность человека носит общественный, преобразующий характер и не сводится к простому удовлетворению потребностей, а в значительной степени определяется целями и требованиями общества.

РАЗВИТИЕ В ОНТОГЕНЕЗЕ

В психологии установлено (П.Я. Гальперин и др.), что по своему происхождению внутренняя деятельность (умственная, психическая) производна от внешней (предметной) деятельности. Первоначально ребенок совершает предметные действия и лишь потом, по мере накопления опыта, он приобретает способность совершать те же действия в уме (интериоризует). Однако затем действия в уме подвергаются сами обратному преобразованию (экстериоризации). Процесс формирования умственного действия проходит в несколько этапов: 1) этап внешнего, предметного действия, 2) внешнеречевого, 3) внутреннеречевого и 4) умственного действия.

НАРУШЕНИЯ

Нарушения деятельности связаны с нарушениями ее структурных компонентов (целеполагания, мотивации, условий, несформированности навыков и умений и пр.).

Нарушение целевой структуры деятельности может проявляться в рассогласованности реальных и идеальных целей или в их сближении.

Нарушение движений может быть следствием травм головного мозга.

ОСВОЕНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Овладение деятельностью предполагает:

1) овладение целеполаганием, которое включает мотивацию;

2) овладение специфическими для конкретной деятельности действиями. Формирование действий и операций происходит двумя способами: с помощью подражания и путем автоматизации дейс-

твий. Автоматизация может выполняться на разном уровне – на уровне умения, навыка и привычки. Навыки, умения и привычки формируются в многократных упражнениях.

В зависимости от характера деятельности, в которой навыки используются, выделяют: бытовые, производственные, спортивные, игровые, учебные, трудовые и пр. По форме психического отражения различают: сенсорные, перцептивные, мнемические, умственные и пр. навыки.

Процесс формирования навыков у разных людей может проходить с «положительным» или «отрицательным» ускорением. Если формирование навыка идет сначала медленно, а потом быстро, навык формируется с «положительным» ускорением. Если же он формируется сначала быстро, а потом замедляется, то говорят, что навык формируется с «отрицательным» ускорением.

Рис. 8. Кривые упражнения при формировании навыка с «положительным» и «отрицательным» ускорением

В процессе формирования навыков старые и новые навыки могут взаимодействовать. Если навыки сходны, старый может помогать формированию нового (явление **переноса**). Так, навык игры на фортепиано помогает формированию навыка печатания на печатной машинке. Если же навыки различны, то старый навык мешает формированию нового (явление **интерференции**). Перенос электровыключателя в квартире на другую стену затрудняет некоторое время его поиск. Показателями выработки навыка являются элементы структуры навыка:

1) изменение приемов исполнения (несколько действий объединяются в одно, уменьшается время выполнения действия, исчезают лишние движения);

2) изменение способа контроля (зрительный заменяется тактильным, например при печатании вслепую);

3) изменение приемов центрального регулирования (внимание переносится на цель).

Если навык становится потребностью, то его называют **привычкой.**

Автоматизация (в психологии) – процесс формирования различных навыков путем упражнения.

Умение – способность осознанно выполнять определенное действие. Умения составляют основу мастерства.

Навык – автоматизированный способ выполнения действия, сформированный в процессе упражнения.

Привычка – действие или элемент поведения, выполнение которых стало потребностью.

Упражнение – способ формирования действия, опирающийся на тренировку.

Кривая упражнений – графическое изображение в виде кривой количественных показателей успешности выполнения осваиваемого действия (затрачиваемого времени, количества ошибок) при его повторениях.

Интерференция навыков – ослабление новых навыков под влиянием ранее выработанных, обусловленное их сходством.

Перенос навыка – облегчение приобретения нового сходного навыка за счет выработанного ранее навыка.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

К индивидуальным особенностям деятельности относится стиль, который зависит от множества факторов (темперамента, характера, опыта, направленности личности, ее обученности и пр.).

МЕТОДЫ ИЗУЧЕНИЯ

Экспериментальные

В современной науке деятельность подвергнута многочисленным экспериментальным методам изучения. Изучаются конкретные виды деятельности (познавательная, учебная, творческая, техническая, трудовая, игровая, спортивная и т. д.) как в целом, так и отдельные ее элементы(целеполагание, мотивация, действия и операции, условия эффективности, стили и пр.). Серьезные успехи в изучении некоторых видов деятельности принадлежат отечественным психологам: общая психологическая теория деятельности (А.Н. Леонтьев), учебная деятельность (В.В. Давыдов, Л.В. Занков и др.), трудовая (Е.А. Климов), организаторская деятельность (Л.И. Уманский), игровая (Д.Б. Эльконин), диагностическая (А.Ф. Ануфриев) и др.

Диагностические

Для диагностики деятельности используются методики:
– методики изучения мотивации,
– наблюдение,
– беседа,
– анкетирование,
– экспертный метод.

ТЕМА 4 • ПСИХОЛОГИЯ КАК НАУКА

ПОНЯТИЕ

Психология (греч. psychê – душа; logos – учение) – наука о закономерностях развития и функционирования психики как формы жизнедеятельности человека и животных. Душа в древнегреческой мифологии называлась *психея.* В настоящее время принято символ (ψ – буква греческого алфавита) использовать для обозначения психологии. Современная отечественная психология опирается на выработанные в процессе ее становления и развития принципы.

Детерминизма Психика определяется образом жизни и изменяется с изменением внешних условий
Единства сознания и деятельности Сознание и деятельность находятся в непрерывном единстве. Сознание образует внутренний план деятельности человека.
Развития Психика может быть правильно понята, если она рассматривается в непрерывном развитии, как процесс и результат деятельности

Рис. 9. Принципы отечественной психологии

КЛАССИФИКАЦИЯ ОТРАСЛЕЙ ПСИХОЛОГИИ

В настоящее время психология – сложная, разветвленная система наук. Каждая входящая в эту систему отрасль науки представляет собой относительно самостоятельное развивающееся направление, имеющее свой предмет и использующее свои методы. Основной базисной отраслью психологии является **общая психология.**

Если в основу классификации отраслей психологии положить ее принципы, то получим следующую классификацию отраслей.

1. По принципу деятельности:

психология труда,	военная,
педагогическая,	спортивная,
инженерная,	клиническая,
юридическая,	искусства,
авиационная,	науки,
космическая,	и др.

2. По принципу развития:

Возрастная, сравнительная, зоопсихология, этология, патопсихология, психогенетика и др.

3. По принципу отношения личности и общества:

социальная, политическая, экологическая, экономическая, личности, управления.

Некоторые отрасли возникли на стыке психологии и биологии: психофизиология, нейропсихология, дифференциальная и др.

Научную психологию условно можно разделить также на фундаментальную, прикладную и практическую. **Фундаментальную** психологию интересуют основополагающие проблемы психики, теоретический аспект этих проблем и их эмпирическая проверка (общая психология, психофизиология, социальная психология, психология развития и др.). Она стремится к получению и обобщению новых знаний. **Прикладная** психология также стремится к получению новых знаний, но приоритет отдает изучению психических явлений в естественной обстановке и использованию полученных в фундаментальной науке знаний в конкретных ситуациях и условиях (эргономика, психология рекламы, психология менеджмента, организационная психология, юридическая и др.). **Практическая** психология решает на научной основе конкретные задачи, возникающие в реальной жизни и деятельности людей и коллективов, а получение нового знания является, как правило, необязательным приложением. Практическая психология – особый вид деятельности психолога, который предполагает получение психологической информации о конкретном человеке или группе людей, анализ этой информации на основе знаний, полученных в фундаментальной или прикладной психологии, разработку (планирование) и реализацию воздействия на них с целью изменения или измерения их поведения.

Направления практической психологии связаны с решаемыми задачами.

Так, психолог может содействовать: 1) в достижении некоторой более общей **непсихологической цели** (психолог на предприятии, психолог в образовательных, медицинских учреждениях и др.); 2) в достижении чисто **психологических задач**. Это – **психотерапия,** то есть лечение при помощи психологического воздействия; **психологическое консультирование**, цель которого – оказание помощи практически здоровым людям в разрешении их жизненных проблем; **психодиагностика,** основной задачей которой является психологическое обследование и составление психологического портрета, отражающего индивидуальность человека; **психокоррекция** – восстановление психических функций, а также устранение или компенсация психических аномалий развития с помощью восстановительного обучения. Практическая психология включает разделы: психопрогностику, психодиагностику, психокоррекцию и психопрофилактику.

Для современной психологии характерны два встречных процесса: процесс дифференциации, порождающий значительную разветвленность отраслей психологии, и интеграции («стыковка» со смежными науками и объединение отраслей внутри психологии). В результате дифференциации разные ветви психологии часто тяготеют к разным смежным наукам (социологии, технике, зоологии, медицине и др.), однако существенно отличаются от них, хотя и сохраняют общий предмет исследования. Интеграция проявляется в стыковке, например, психологии с техникой (через инженерную психологию); с педагогикой (через педагогическую психологию) и пр.

Такие отрасли психологии, как психология личности и социальная, юридическая, политическая и пр., оказываются неразрывно связанными, так как в основе их лежат общие понятия и концепции.

Психология общая – изучает сущность и общие закономерности возникновения, функционирования и развития психики. Общая психология развивается на основе достижений всех отраслей и в то же время обогащает и направляет их общей теорией. В основе ее лежит психология человека.

Психофизиология – область междисциплинарных исследований на стыке нейрофизиологии, направленных на изучение психики в единстве с ее нейрофизиологическим субстратом.

Психофизика – область исследования, рассматривающая вопросы, касающиеся связи психических и физических процессов и явлений.

Психология клиническая (греч. klinike – врачевание, уход за лежачим больным) – область психологии, изучающая психические факторы происхождения и течения болезней, влияние болезней на лич-

ность, психологические аспекты целебных воздействий. Клиническая психология включает: патопсихологию, нейропсихологию, соматопсихологию, психологию здоровья, психотерапию.

Патопсихология – отрасль психологии, изучающая отклонения в развитии психики при различных заболеваниях.

Нейропсихология – отрасль психологической науки, направленная на изучение мозговых механизмов высших психических функций на материале локальных поражений головного мозга.

Психология труда – наука, изучающая психологические закономерности формирования трудовой деятельности и отношения человека к труду. Психология труда решает задачи совершенствования производственных отношений, повышения качества труда, улучшение условий жизни, устранение аварийных ситуаций, демократизации и формирования психологического типа работника, соответствующего культуре труда.

Психология педагогическая – отрасль психологии, изучающая закономерности обучения и воспитания.

Психология инженерная – отрасль психологии, изучающая психологические особенности труда человека при взаимодействии его с техническими средствами в процессе деятельности; разрабатывает требования к конструкции машин и приборов с учетом человеческого фактора.

Психология юридическая – отрасль психологии, изучающая закономерности и механизмы психической деятельности людей в сфере отношений регулируемых правом.

Психология авиционная – отрасль психологии, изучающая психологические закономерности трудовой деятельности авиационных специалистов. Предмет авиационной психологии – психика человека, управляющего сложными авиационными системами. Ее объект – деятельность (содержание, условия, организация) индивида и коллектива. Субъект авиационной психологии – летный и инженерно-технический состав, авиационные диспетчеры.

Психология космическая (греч. kosmos – строй, порядок, Вселенная) – отрасль психологии, изучающая психологические особенности труда космонавта и зависимость этой деятельности от разных факторов.

Психология военная – прикладная отрасль психологии, которая изучает закономерности и механизмы функционирования психики человека, обусловленные его включенностью в воинскую деятельность (учебно-боевую, боевую).

Психология спорта – изучает закономерности психической деятельности людей в условиях тренировок и соревнований.

Психология компьютеризации – отрасль психологии, изучающая порождение, функционирование и структуру психики в процессе деятельности индивидов и групп, связанной с созданием и использованием компьютеров, включая их математическое и программное обеспечение.

Психология науки – отрасль, изучающая психологические факторы научной деятельности с целью повышения эффективности этой деятельности.

Психология искусства – отрасль психологии, предметом которой являются свойства и состояния личности или группы лиц, обусловливающие создание и восприятие художественных ценностей, а также влияние этих ценностей на жизнедеятельность отдельной личности и общества в целом (включает сценическое искусство и др.).

Психология развития – отрасль психологии, изучающая изменения, происходящие со временем в строении тела, психике и поведении человека в результате биологических процессов в организме и воздействий окружающей среды.

Психология возрастная – отрасль психологии, изучающая психологические особенности людей различных возрастов. Возрастная психология включает: психологию детского, подросткового, юношеского возрастов, психологию зрелого возраста, геронтологию.

Геронтология – психология старости, изучает психологию пожилых людей и процессы старения.

Психогенетика – область исследований, изучающая наследственный характер некоторых психических и поведенческих явлений, их зависимость от генотипа.

Генотип – совокупность генов или каких-либо качеств, полученных человеком в наследство от своих родителей.

Зоопсихология – отрасль психологии, изучающая сравнительное развитие психики животных и человека.

Психология дифференциальная – изучает индивидуально-психологические различия между людьми.

Этология (греч. ethos – суть, характер, logos – наука, учение) – межотраслевая наука, объединяющая зоологию, биологию и сравнительную психологию, занимающаяся тщательным наблюдением за поведением животных в их естественной среде и разработкой теоретических характеристик этого поведения.

Психология сравнительная – отрасль психологии, изучающая закономерности происхождения и развития психики животных и становление человеческого сознания.

Психология социальная – наука, изучающая закономерности поведения и деятельности людей, обусловленные фактом их включения в социальные группы, а также психологические характеристики самих этих групп.

Психология личности – целостная система знаний, охватывающая сферу изучения проявлений личности и раскрывающая связь психологии личности с другими областями человекознания.

Психология политическая – отрасль психологии, изучающая психологические компоненты политической жизни и деятельности людей, их настроения, мнения, чувства, ценностные ориентации и пр. Проявляется политическая психология в политическом сознании наций, классов, социальных групп, правительств, индивидов и реализуется в конкретных политических действиях.

Психология экологическая – область психологии, изучающая взаимоотношения человека и окружающей среды (пространственно-географической, социальной, культурной).

Психология экономическая – отрасль психологии, предметом которой является отражение хозяйственных отношений в сознании и поведении человека. Это психология хозяйствующего субъекта (один человек, семья, организация, государство или нация). Проблемы экологической психологии касаются прежде всего рынка, бизнеса, отношений «общество – гражданин».

Психология управления – отрасль психологии, в которой изучаются психологические аспекты управления человеком различными объектами: организациями, людьми, экономическими и техническими системами.

Психология прикладная – общий термин для обозначения всех отраслей психологии, которые стремятся применить принципы, открытия и теории психологии на практике в смежных областях (образование, промышленность, общественные явления, спорт и пр.).

Психология практическая – область психологии, решающая на научной основе задачи, возникающие в реальной жизни и деятельности людей и коллективов.

Психодиагностика (греч. psychê – душа, diagnostikos – способный распознавать) – область психологии, разрабатывающая методы выявления и измерения индивидуально-психологических особенностей личности. Психодиагностика связана с количественной оцен-

кой и точным качественным анализом психологических свойств и состояний человека при помощи научно проверенных методов, дающих достоверную информацию о них. Это одна, традиционная, точка зрения на предмет психодиагностики. Другая, развиваемая А.Ф. Ануфриевым, состоит в том, что практическая психодиагностика – это наука о постановке психологического диагноза, включающая ряд компонентов (см. Ануфриев А.Ф.). Как вид деятельности практического психолога психодиагностика включает диагноз, прогноз, коррекцию и профилактику.

Психотерапия – процесс лечебного воздействия врача (психолога) психологическими методами на психику отдельного больного или группы больных. По В.Н. Мясищеву основная задача психотерапии заключается в изменении личности больного на основе осознания причин и характера развития болезни и перестройки отношения больного к патогенным (порождающим заболевание) факторам заболевания.

Психология консультативная – отрасль психологии, изучающая деятельность психолога-консультанта.

Психологическое консультирование – оказание помощи в определении, уточнении и решении проблем клиента. Консультирование изначально ориентировано на психически здоровых людей, способных взять на себя ответственность за свои поступки.

Психокоррекция – восстановление психических функций, а также устранение или компенсация психических аномалий развития с помощью восстановительного обучения.

Парапсихология (психотроника) (греч. para – возле, около) – обозначение гипотез и представлений, относящихся к психическим явлениям, объяснение которых не имеет строгого научного обоснования и к которым относят прежде всего так называемый экстрасенсорные восприятия, то есть прием информации человеком, не связанный с функционированием известных науке органов чувств (телепатия, ясновидение и пр.).

Акмеология (греч. axis – острие, вершина, пик, оптимум, совершенство) – наука, изучающая закономерности и механизмы развития человека на ступени его зрелости, проблемы высших форм самореализации личности.

ЗАДАЧИ СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ

Среди многочисленных проблем, которые стоят перед современной психологией, выделяются две кардинальные:

1) реализация в теории и практике целостного подхода к человеку:

– как к индивиду;

– как к социальному существу;

– как к объекту экологии;

– как к саморегулирующейся личности, что предполагает ориентацию на развитую систему самовоспитания;

2) ориентация на уникальную, творческую личность. На передний план выходит такая отрасль науки, как **акмеология** (психология высших достижений), поскольку как никогда наше общество нуждается в творческих людях.

ТЕМА 5 • МЕТОДЫ ПСИХОЛОГИИ

ПОНЯТИЕ

Решение различных задач в психологии невозможно без использования определенных приемов, способов методов изучения. Каждая наука использует свои методы. Метод исследования всегда отражает ту или иную методологию, то есть общие требования к методам исследования. К методам психологического исследования предъявляют определенные требования, которые необходимо соблюдать при использовании любого метода. Это основные методологические принципы: объективность, адекватность, развития.

Метод (греч. methodos – путь к чему-либо) – способ деятельности, направленный на достижение определенной цели; путь осуществления научного исследования, вытекающий из общих теоретических представлений о сущности изучаемых объектов.

Методология – система принципов и способов организации и построения теоретической и практической деятельности, а также учение об этой системе.

Методология воплощается во всех видах деятельности, в том числе и научной.

КЛАССИФИКАЦИЯ МЕТОДОВ

В психологии известны различные классификации методов. Наиболее полной является классификация, предложенная Б.Г. Ананьевым. В этой классификации все методы делятся на четыре класса.

I. Методы сбора данных (эмпирические):

а) основные (наблюдения и эксперимент (лабораторный, естественный (констатирующий, формирующий);

б) вспомогательные (тестирование, изучение продуктов деятельности, биографический, беседа, анкетирование, моделирование, социометрический, близнецовый).

II. Организационные методы:

а) сравнительный,

б) лонгитюдный,

в) комплексный.

III. Методы обработки результатов:

а) количественный (статистический),

б) качественный (дифференциация материала по уровням и типам).

IV. Методы интерпретации результатов:

а) генетический (анализ результатов в плане развития с выделением отдельных фаз, стадий и т.п.);

б) структурный (установление структурных связей между всеми характеристиками личности) (см. Корреляционный анализ).

I

Основные методы

Наблюдение – метод психологии; заключается в фиксации проявлений поведения и получении суждений о субъективных психических явлениях.

Интроспекция – самонаблюдение, наблюдение, объектом которого являются психические состояния самого субъекта.

Эксперимент в психологии (лат. experimentum – проба, опыт) основной метод психологии, опирающийся на точный учет изменяемых независимых переменных, влияющих на зависимую переменную. Это создание оптимальных условий для изучения психических явлений. Он предполагает целенаправленное вмешательство ученого в исследовательскую ситуацию. Для проведения эксперимента подбираются конкретные диагностические методики и методы, совокупность которых называют методикой исследования.

Методика психологического исследования – совокупность методов, применяемых в конкретном исследовании и определяемых соответствующей им методологией.

Эксперимент лабораторный – метод психологии, осуществляемый в искусственных условиях (в специально оборудованных помещениях) со строгим контролем всех влияющих факторов.

Эксперимент естественный – психологический эксперимент, включенный в игровую, трудовую или учебную деятельность.

Эксперимент констатирующий – предусматривает выявление существующих психических особенностей или уровней развития соответствующих качеств, а также констатацию отношений причин и последствий.

Эксперимент формирующий (обучающий) – метод психологии, при котором имеет место планомерное формирование требуемого психического процесса или качества личности.

Вспомогательные методы

Тестирование – исследование с помощью тестов.

Тест (англ. test – испытание) – стандартизированное психологическое испытание, в результате которого делается попытка оценить тот или иной психический процесс или личность в целом. Различают: тесты способностей и достижений, а также личностные тесты (опросники, проективные). Тесты способностей предназначены для измерения уровня развития определенных способностей (памяти, мышления, интеллекта, профессиональных и пр.). Тесты достижений служат для определения достижений в различных видах деятельности (в учении, труде и пр.). Личностные тесты предназначены для определения различных психологических качеств личности (мотивов, отношений, ценностей, индивидуальных особенностей (темперамента, характера, эмоционального состояния и т.д.). При этом используются опросники или проективные тесты.

Опросники личностные – разновидность опросников, направленных на измерение различных особенностей личности. Личностные опросники делятся на: а) опросники черт личности; б) опросники типологические; в) опросники мотивов; г) опросники интересов; д) опросники ценностей; е) опросники установок.

Проективный – один из методов исследования личности. Основан на выявлении проекций особенностей личности испытуемого в данных эксперимента с последующей интерпретацией. Метод обеспечивается совокупностью проективных методик (проективных тестов), среди которых различают: а) ассоциативные (например, тест Роршаха, тест незаконченных предложений и др.); б) интерпретационные (например, тематический апперцептивный тест ТАТ, в котором требуется истолковать социальные ситуации, изображенные на картинках); в) экспрессивные (психодрама, рисунок человека или несуществующего животного и др.).

Валидность теста (англ. validate– подтверждать, объявлять действительным) – мера соответствия результатов исследования цели

тестирования, объективным внешним критериям. Мерой валидности обычно выступает коэффициент корреляции результатов по тесту с результатами по другим валидным тестам или по профессиональному критерию.

Надежность – постоянство, устойчивость результатов, получаемых с его помощью. Надежность указывает на устойчивость теста к искажающему воздействию случайных шумовых факторов, его точность. Проверяется надежность тестов повторным тестированием.

Изучение продуктов деятельности – это изучение продуктов труда человека: изобретений, книг, писем и т.п. По ним можно в известной мере судить об особенностях деятельности, которая привела к их созданию, и включенных в эту деятельность психических процессов. Этот метод используется для изучения психического склада личности по текстам (контент-анализ), по рисункам и пр.

Контент-анализ (англ. contents – содержание) – научный метод выявления и оценки характеристик текстов и других носителей информации (видеозаписей, теле – и радиопередач, интервью и т.д.).

Метод биографический (англ. bio – жизнь, graphx – пишу) – способы исследования, диагностики, коррекции и проектирования жизненного пути личности на основе информации, полученной из биографий, опросников, интервью, свидетельств очевидцев, контент-анализа дневников, писем и т.п.

Беседа – один из методов психологии, предусматривающий прямое или косвенное получение сведений путем речевого общения.

Интервьюирование – метод социальной психологии, заключающийся в сборе информации, полученной в виде ответов на поставленные вопросы.

Анкета (фр. enquête – список вопросов) – методическое средство для получения первичной информации.

Анкетирование – исследование с использованием анкет.

Моделирование – метод исследования психических закономерностей, который заключается в построении моделей психических явлений и в изучении функционирования этих моделей с использованием полученных результатов в качестве данных о закономерностях функционирования психики.

Социометрия – метод психологического исследования межличностных отношений в группе, коллективе с целью определения структуры взаимоотношений и психологической совместимости.

Метод близнецовый – способ научного исследования, основанный на сравнении психологии и поведения двух типов близнецов: моно-

зиготных (с одинаковым генотипом) и дизиготных (с разным генотипом). Метод применяется для решения проблемы генотипической или средовой обусловленности определенных психологических и поведенческих особенностей человека.

Метод генетический – способ изучения психических явлений, состоящий в анализе процесса их возникновения и развития от низших форм к высшим.

Метод семантического дифференциала – способ изучения содержания и структуры сознания человека через определение им понятий с помощью серии заранее заданных полярных определений типа «сильный – слабый», «хороший – плохой» и т.п. Метод введен американским психологом Ч. Осгудом.

II

Метод сравнительный – изучение одной и той же функции у разных групп испытуемых.

Метод лонгитюдный (от англ. longitude – долгота) – длительное научное исследование процессов формирования, развития и изменения каких-либо психических или поведенческих явлений. Изучение психических явлений у одних и тех же испытуемых на протяжении длительного времени (иногда в продолжение ряда лет) и последовательная фиксация ряда существенных изменений в психике испытуемого.

Метод близнецовый – способ научного исследования, основанный на сравнении психологии и поведения двух типов близнецов: монозиготных (с одинаковым генотипом) и дизиготных (с разным генотипом). Метод применяется для решения проблемы генотипической или средовой обусловленности определенных психологических и поведенческих особенностей человека.

Метод генетический – способ изучения психических явлений, состоящий в анализе процесса их возникновения и развития от низших форм к высшим.

Метод комплексный – исследования разными средствами, разными науками.

III

Статистика – отрасль математики, теоретической и прикладной, которая занимается сбором, классификацией и анализом данных. Статистика включает три главных раздела: 1) описательную статистику, позволяющую описывать, подытоживать и воспроизво-

дить в виде таблиц или графиков данные того или иного распределения, вычислять статистические его характеристики; 2) индуктивную статистику, служащую для проверки того, можно ли распространить результаты, полученные на данной выборке, на всю популяцию, из которой взята выборка; 3) измерение корреляции, которая позволяет узнать, насколько связаны между собой две переменные, чтобы можно было предсказывать возможные значения одной из них, если мы знаем другую.

Корреляционный анализ (лат. correlatio – соотношение) – статистический метод оценки меры, формы и характера связи исследуемых свойств или признаков.

Корреляция – мера связи явлений действительности или фактов эксперимента, их взаимосвязь.

ОРГАНИЗАЦИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

Этапы психологического исследования (см. рис. 10):

1. Планирование исследования включает подбор и апробацию методики исследования. Планирование – это также составление логической и хронологической схем исследования, выбор контингента и количества испытуемых или необходимого числа измерений (наблюдений), это план математической обработки и описания всего исследования и т.д.

2. Место проведения исследования должно обеспечивать изоляцию от внешних помех, отвечать санитарно-гигиеническим и инженерно-психологическим требованиям, то есть обеспечивать определенный комфорт и непринужденную рабочую обстановку.

3. Техническое оснащение исследования должно соответствовать решаемым задачам, всему ходу исследования и уровню анализа получаемых результатов.

4. Подбор испытуемых должен обеспечить их качественную однородность.

5. Исследователь (экспериментатор) неизбежно влияет на ход проводимой работы на всех ее этапах.

6. Инструкция составляется еще на стадии планирования работы. Она должна быть четкой, краткой, однозначной.

7. Протокол исследования должен быть одновременно полным и целенаправленным.

8. Обработка результатов исследования – это количественный и качественный анализ и синтез полученных в ходе исследования данных.

Рис. 10. Этапы психологического исследования

РАЗДЕЛ 2 Ψ

психические процессы

ТЕМА 6 • ОЩУЩЕНИЯ

ПОНЯТИЕ

Ощущение – процесс отражения отдельных свойств предметов объективного мира, как внешней среды, так и собственного организма, возникающий при непосредственном воздействии их на рецепторы (органы чувств).

Это процесс первичной обработки информации, свойственный и животным, и человеку.

С помощью ощущений субъект отражает свет, цвет, звуки, шумы, тепло, холод, запахи, вкусы. Ощущения являются предпосылкой для создания образов и их познания.

ФУНКЦИИ

Сигнальная – уведомление организма о жизненно важных объектах или свойствах окружающего мира.

Отражательная (образная) – построение субъективного образа свойства, необходимого для ориентировки в мире.

Регулятивная – адаптация в окружающем мире, регулирование поведения и деятельности.

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ

Ощущение – результат нервных процессов, происходящих в специальных нервных устройствах – анализаторах. Этот процесс не что иное, как рефлекс (см. рис. 11).

Анализатор – сложный комплекс анатомических структур. Каждый анализатор состоит из трех частей: 1) периферического отдела, называемого рецептором (рецептор – это воспринимающая часть анализатора, его основная функция – трансформация внешней энергии в нервный процесс); 2) проводящих нервных путей; 3) корковых отделов анализатора (их еще по-другому называют централь-

ными отделами анализаторов), в которых происходит переработка нервных импульсов, приходящих из периферических отделов. Для возникновения ощущения необходимо задействовать все составные части анализатора.

Рефлекс (лат. reflexus – отражение) – специальные чувствительные нервные образования, воспринимающие раздражения из внешней или внутренней среды и перерабатывающие их в нервные сигналы.

Рецепторы (от лат. recipere – получать, принимать) – специальные чувственные образования, воспринимающие и преобразующие раздражения из внешней или внутренней среды и передающие информацию о действующем раздражителе в нервную систему.

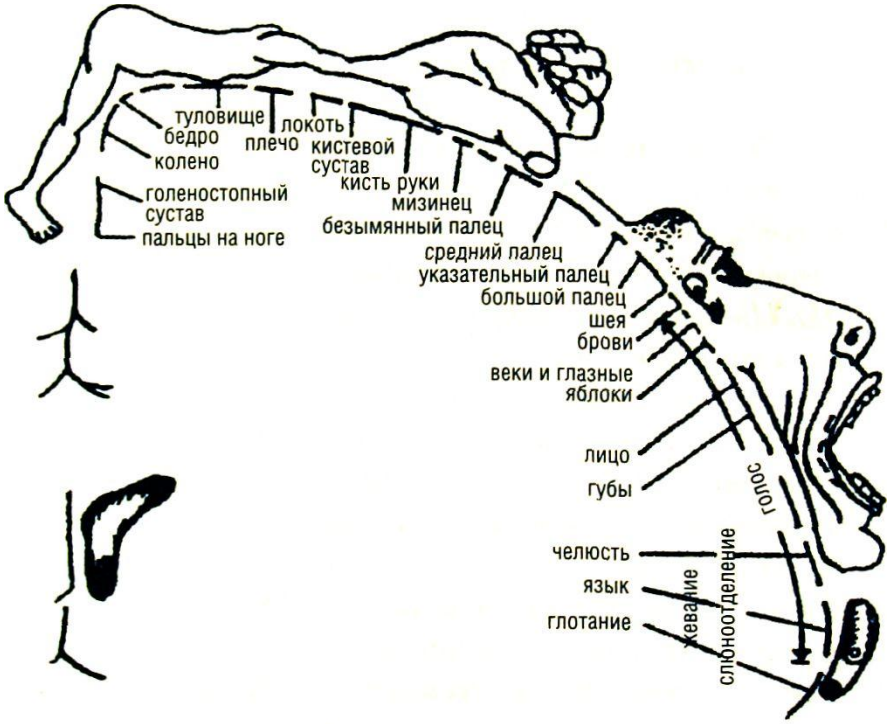


Рис. 11. Схема видов ощущений различных частей тела относительно восприятия корой головного мозга (по Пенфилду)

ТЕОРИИ ОЩУЩЕНИЙ

Рецептивная. Согласно этой теории орган чувств (рецептор) пассивно отвечает на воздействующие раздражители. Этим пассивным ответом и являются соответствующие ощущения, то есть ощущение есть чисто механический отпечаток внешнего воздействия в соответствующем органе чувств. В настоящее время эта теория при-

знана несостоятельной, поскольку отрицается активный характер ощущений.

Диалектико-материалистическая. Согласно этой теории «ощущение – есть действительная непосредственная связь сознания с внешним миром, есть превращение энергии внешнего раздражения в факт сознания» (В.Л. Ленин).

Рефлекторная. В рамках рефлекторной концепции И.М. Сеченова и И.П. Павлова были проведены исследования, показавшие, что по своим физиологическим механизмам ощущение является целостным *рефлексом*, который объединяет прямыми и обратными связями периферические и центральные отделы анализатора.

КЛАССИФИКАЦИЯ ВИДОВ ОЩУЩЕНИЙ

По модальности (видам анализаторов) различают ощущения: зрительные, слуховые, осязательные (тактильные, температурные и болевые), обонятельные и вкусовые. Выделяют также интермодальные ощущения.

По характеру отражения и месту расположения рецепторов классификация ощущений представлена английским физиологом Ч. Шеррингтоном (1906). На основе анатомического расположения рецепторов ощущения делятся на три класса: **интероцептивные** (рецепторы расположены во внутренней среде организма), **проприоцептивные** (рецепторы расположены в мышцах, сухожилиях и суставных сумках) и **экстероцептивные** (рецепторы расположены на поверхности тела). К экстероцептивным относят: *контактные* (вкус, осязание) и *дистантные* (обоняние, слух, зрение). А.Р. Лурия дополняет последний ряд двумя категориями: **интермодальными** (промежуточными) и **неспецифическими** видами ощущений.

По происхождению (генетическая классификация Х. Хэда) выделяют: протопатические и эпикритические *ощущения.*

Модальность (модальный – относящийся к местоположению) – качественная характеристика ощущений и восприятий, указывающая на их принадлежность определенным органам чувств, например зрительным, слуховым, тактильным и др.

Ощущения зрительные – ощущения, стимулом для которых являются электромагнитные излучения с длиной волны примерно от 380 до 780 миллиардных долей метра, а рецепторами – светочувствительные клетки сетчатки глаза.

Зрительные ощущения служат для отражения света, цвета, тьмы. Цвет возникает при воздействии на рецептор глаза волн разной дли-

ны из этого диапазона. Ощущаемые цвета делятся на хроматические (например, цвета радуги: красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, синий, фиолетовый) и ахроматические (белый, черный, серый). Цветовой тон содержит около 150 переходов, зависящих от длины действующей на глаз световой волны. Рецептор зрения – специальные клетки сетчатки: «палочки» и «колбочки». «Палочки» характеризуются высокой чувствительностью к слабой интенсивности света и являются аппаратом ночного (сумеречного) зрения, а «колбочки» обладают более низкой чувствительностью и представляют собой аппарат дневного зрения.

Ахромотические цвета – белый, черный, серый. Ахроматическое зрение использует «палочки».

Хроматические цвета – красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, синий, фиолетовый. При хроматическом зрении действуют «колбочки».

Ощущения слуховые – ощущения, стимулом для которых являются звуковые волны различной амплитуды и частоты. Звуковые волны – это продольное колебание частиц воздуха, распространяющееся во все стороны от колеблющегося тела, которое служит источником звука. Все звуки, которые воспринимает человеческое ухо, могут быть разделены на две группы: музыкальные (звуки пения, звуки музыкальных инструментов и др.) и шумы (скрипы, шорохи, стуки и т.п.).

Музыкальные звуки образуются благодаря периодическим ритмическим колебаниям звуковых волн, а шумы – в результате нерегулярных колебаний.

Человеческая речь, как правило, одновременно содержит звуки обеих групп.

Звуки бывают простыми или сложными, состоящими из нескольких тонов. Один из этих тонов является основным, определяющим силу и высоту звука, другой – сопутствующим (обертоном), определяющим своеобразие (тембр) звука.

Тембр – специфическое качество, которое отличает друг от друга звуки одной и той же высоты и интенсивности, издаваемые разными источниками.

Ощущения вестибулярные – основаны на информации, приходящей из полукружных канальцев внутреннего уха. Одна из основных функций системы вестибулярных ощущений – обеспечить устойчивую основу для зрительного наблюдения. За счет существования рефлекторного механизма, который компенсирует каждое движе-

ние головы противоположным по направлению движением глаз, перед нами предстает довольно стабильная картина мира (не прыгает, не дрожит).

Вестибулярный аппарат – анализатор, позволяющий оценивать положение в пространстве и изменение направления движения.

Ощущения осязательные (или кожные) – включают в себя три различных вида ощущений, имеющих свои анализаторы: тактильные (прикосновения и давления), температурные (тепла и холода) и болевые.

Кожные ощущения вызываются действием механических и термических свойств предмета на поверхность кожи. Возникают они при раздражении рецепторов, расположенных в коже в виде окончаний нервных сплетений или в виде специальных нервных образований – телец Майснера, расположенных на ее поверхности, лишенных волос, и телец Пачини, расположенных в глубоких слоях кожи.

Ощущения тактильные – дают информацию о том, что соприкасается с телом субъекта. Это ощущение прикосновения и давления. Иногда выделяют ощущение щекотки.

Ощущения температурные – ощущения тепла или холода. На поверхности кожи холодовых клеток больше (8–23 на 1 кв. см), чем тепловых (0–3 на 1 кв. см), и они находятся ближе к поверхности (на 0,17 мм), чем тепловые (на 0,3 мм). Поэтому организм быстрее реагирует на холод, чем на тепло.

Ощущения болевые – одни ученые полагают, что существуют специализированные болевые рецепторы, находящиеся на всей поверхности кожи. Их количество велико (примерно 100 на 1кв. см), и располагаются они на глубине 0,1 мм от поверхности кожи. По мнению других, боль возникает в ответ на чрезмерную стимуляцию любого кожного рецептора. Болевые ощущения сигнализируют о возможной физической опасности.

Ощущения обонятельные – вид чувствительности, порождающий специфические ощущения запаха. Обонятельные ощущения вызываются действием химических веществ на рецепторные клетки полости носа и носоглотки. Система классификации запахов, известная как «Призма Хеннинга» (цветочный, фруктовый, пряный, смолистый, пригорелый, гнилостный), образует углы призмы с промежуточными качествами, расположенными на плоскостях.

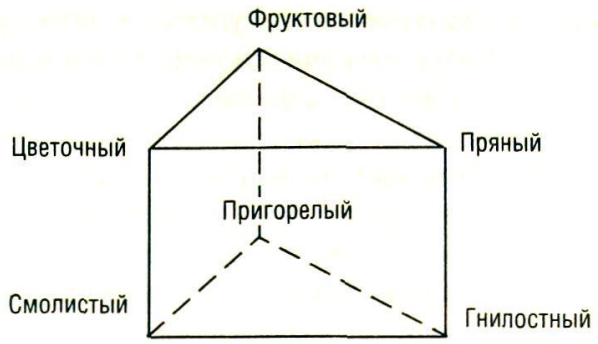


Рис. 12. «Призма Хеннинга»

Имеются и другие классификации. В практике часто используют сравнение данного запаха с известным эталоном (сирень, сено и т.д.). Обоняние – одно из самых древних, простых, но жизненно важных ощущений. Оно обеспечивает индивида информацией о наличии в воздухе различных химических веществ и действует на подсознание.

Ощущения вкусовые – отражение качества пищи, обеспечение индивида информацией о том, можно ли употребить внутрь данное вещество. Вкусовые ощущения (часто вместе с обонянием) вызываются действием химических свойств веществ, растворенных в слюне или воде, на вкусовые рецепторы (вкусовые почки), расположенные на поверхности языка, задней поверхности глотки, небе и надгортаннике. Система классификации вкусов представлена «Тетраэдром Хеннинга» (рис. 13), в которой четыре основных вкуса (сладкий, кислый, соленый, горький). Они располагаются в углах тетраэдра (четырехугольной пирамиды), а все другие ощущения вкуса располагаются на плоскостях Тетраэдра и представляют их как комбинации двух или более основных вкусовых ощущений.

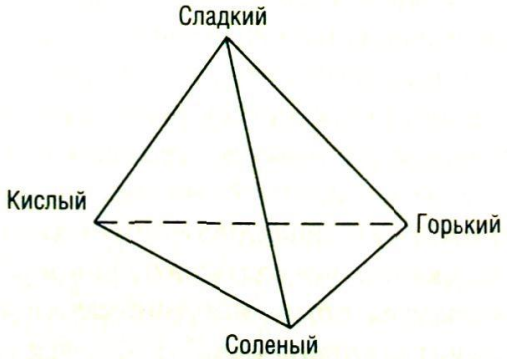


Рис. 13. «Тетраэдр Хеннинга»

Разные участки языка по-разному чувствительны к разным веществам: к сладкому наиболее чувствителен кончик языка, к кислому – его края, к горькому – область корня языка, к соленому – края языка и середина.

Ощущения интероцептивные – объединяют сигналы, доходящие до нас из внутренней среды организма, чувствительность к собственным обменным процессам (голод, жажда, удушье и т.п.). Обычно они замыкаются на субсенсорном (неосознаваемом) подкорковом уровне и осознаются лишь в случае существенного нарушения нормального состояния организма, нарушения необходимого постоянства его внутренней среды (гомеостаз). Возникают благодаря рецепторам, находящимся на стенках желудка и кишечника, сердца и кровеносной системы и других внутренних органов. Интероцептивные ощущения относят к числу наименее осознаваемых и наиболее диффузных форм ощущений и всегда сохраняют свою близость к эмоциональным состояниям. Их часто называют органическими.

Суб – составная часть слова, означающая «под», внизу, нижний, младший, в малом количестве.

Гомеостаз (греч. homoios – подобный, сходный, statis – стояние, неподвижность) – подвижное, но устойчивое равновесие какой-либо системы (биологической, психической). Система противодействует внешним и внутренним факторам, нарушающим это равновесие. Понятие введено американским физиологом У.Б. Кэннонем. Например, понижение температуры (фактор, нарушающий равновесие системы) инициирует ряд процессов, таких как дрожь и пр., которые вызывают и сохраняют высокую температуру до тех пор, пока не будет достигнута нормальная температура, то есть равновесие (гомеостаз).

Ощущения проприоцептивные («глубокая чувствительность») – ощущения, передающие информацию о положении тела в пространстве и о положении опорно-двигательного аппарата, обеспечивают регуляцию наших движений. Эти ощущения создают основу движений человека, играя решающую роль в их регуляции. Эта группа ощущений включает ощущение равновесия, или статическое ощущение, а также двигательное, или кинестетическое, ощущение. Периферические рецепторы этой чувствительности находятся в мышцах и суставах (сухожилиях, связках) и называются тельцами Паччини. Периферические рецепторы ощущения равновесия расположены в полукружных каналах внутреннего уха.

Ощущения кинестетические (греч. kinema – движение, aisthesis – ощущение, чувство) – отражение положения и перемещения в про-

странстве тела или его частей, направления и объема движений в различных положениях, сопротивления и тяжести предметов окружающей обстановки. Осуществляется через импульсы, поступающие от проприоцепторов, находящихся в мышцах, сухожилиях, связках, суставах. Играет важную роль в сохранении телом равновесия в различных положениях.

Ощущения экстероцептивные – по классификации Ч. Шеррингтона – это ощущения, обеспечивающие получение сигналов из внешнего мира и создающие основу для нашего сознательного поведения. Сюда всходят все 5 модальностей ощущений.

Ощущения интермодальные (промежуточные) – ощущения, занимающие промежуточное место между модальностями. Например, вибрационная занимает среднее место между осязанием и зрением. К интермодальным ощущениям относят также ощущения сверхсильных запахов и вкусов, сверхсильных звуков и света. Все эти воздействия вызывают смешанные ощущения, расположенные между обонятельными, слуховыми или зрительными и болевыми ощущениями.

Ощущения вибрационные – чувствительность к колебаниям, вызываемым движущимся телом. Вибрационное чувство является промежуточной, переходной формой между тактильной и слуховой чувствительностью. При нормальном слухе она особенно не выступает, но при поражении слухового органа эта ее функция ясно проявляется.

Ощущения неспецифические – к ним относят, например, фоточувствительность кожи – способность ощущать цветовые оттенки кожей руки или кончиков пальцев. Сюда относят и мало изученное «чувство расстояния», позволяющее слепым определять на расстоянии возникающую преграду. Предполагают, что «чувство расстояния» связано либо с ощущением тепловых волн кожей лица, либо с отражением звуковых волн от преграды (по типу радара). Однако эти формы чувствительности еще мало изучены.

Фоточувствительность кожи – способность ощущать цветовые оттенки кожей руки или кончиков пальцев (описано А.Н. Леонтьевым и др.).

Ощущения протопатические (греч. protos – первый, первичный, pathos – болезнь, страдание) – филогенетически это более древние ощущения, примитивные и недифференцированные, смешанные с эмоциями и локализованные. Чаще это понятие употребляется относительно кожной чувствительности. Сюда относятся органические ощущения (голод, жажда и пр.).

Ощущения эпикритические (греч. Epikrisis – суждение, решение) – филогенетически новые ощущения. Они характеризуются более низким порогом раздражения, способностью ощущать легкие прикосновения, точной локализацией внешнего раздражения, более совершенным распознанием качества внешнего раздражителя. К ним относятся все основные виды ощущений человека.

СВОЙСТВА И ЗАКОНОМЕРНОСТИ

Чувствительность и ее измерение

Интенсивность ощущений у разных людей разная. Для измерения интенсивности ощущений в науке введены понятия: абсолютная чувствительность, нижний и верхний порог абсолютной чувствительности пороги чувствительности, относительная чувствительность и порог относительной чувствительности. Между абсолютной чувствительностью и ее порогом существует обратно пропорциональная зависимость:

$E_A = \frac{1}{P_A}$ и аналогичная – для относительной чувствительности.

Далеко не любое различие между раздражителями ощущается. Его величина должна находиться в определенном отношении к первоначальной, исходной силе раздражителя. Отношение прироста силы раздражителя к первоначальной силе постоянны для каждой модальности ощущения (закон Вебера), а наименьшая величина этого отношения представляет порог различения:

$$P_{раз} = \delta I / I,$$

где δI – прирост силы раздражителя, I – первоначальная силы раздражителя.

Разные органы чувств имеют и разные пороги как абсолютные, так и относительные. Их величины подсчитаны и сведены в специальные таблицы.

Существует и общая зависимость интенсивности ощущения от силы раздражителя, которая выражается в **основном психофизиологическом законе Вебера – Фехнера.**

Этот закон гласит:

Интенсивность ощущения (S) пропорциональна логарифму силы раздражителя (I) и выражается формулой: $\mathbf{S = k/n\, I + C}$, где k – коэффициент пропорциональности, зависящий от модальности раздражителя, а C – постоянная интегрирования. Отсюда следует, что интенсивность ощущения растет гораздо медленнее, чем сила раздражителя.

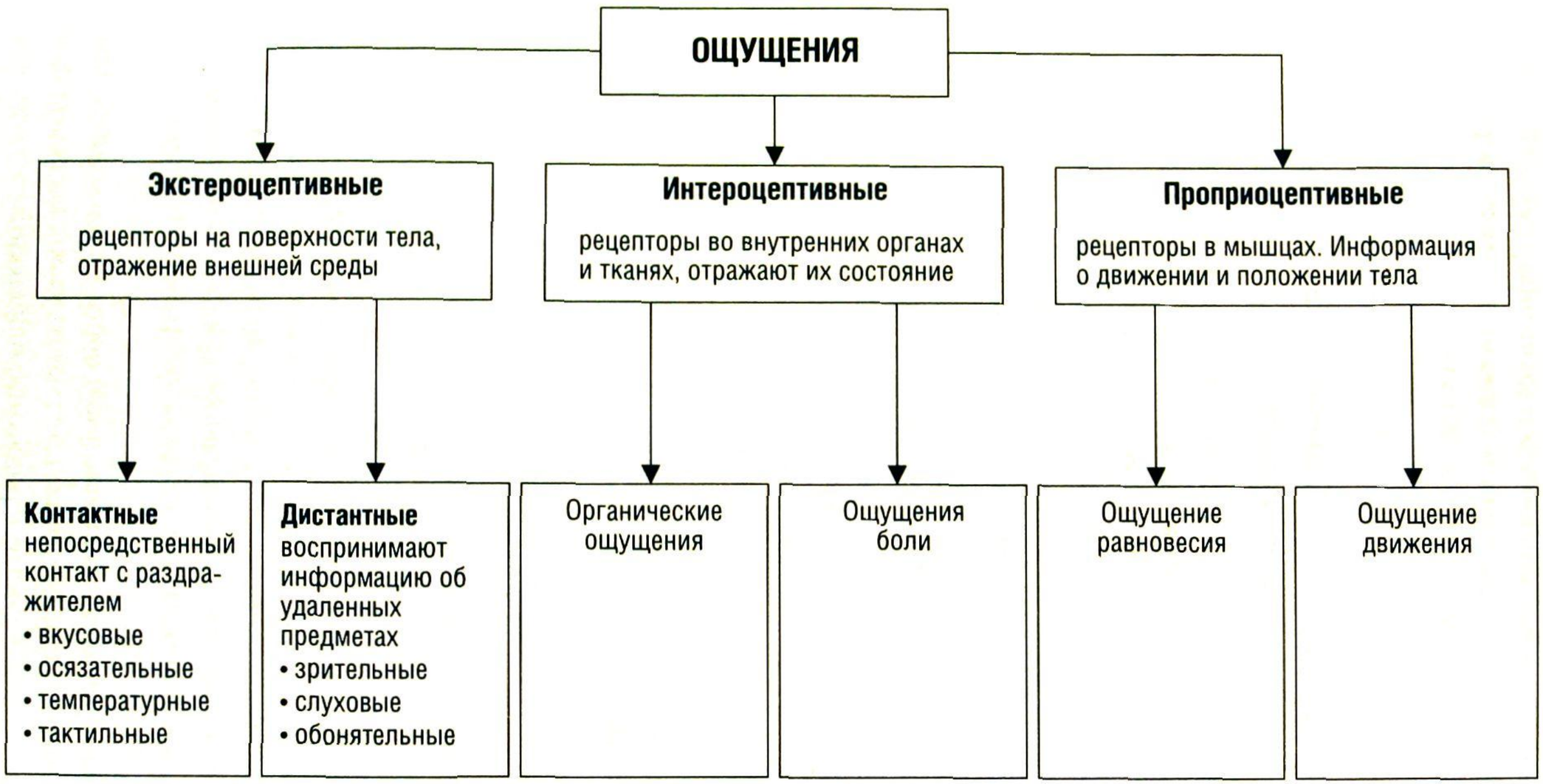


Рис.14. Виды ощущений

Этот закон справедлив лишь в зоне комфорта.

Для каждого вида ощущений существуют свои пороги. В образной форме они представлены в таблице 2.

Таблица 2

Средние значения абсолютных порогов ощущений для разных органов чувств человека

Органы чувств	**Величина абсолютного порога ощущения, представленная в виде условий, при которых возникает едва заметное ощущение данной модальности**
Зрение	Способность ощущать свет одной горящей свечи в полной темноте на расстоянии 48 км от глаза
Слух	Различение тиканья ручных часов в полной тишине на расстоянии до 6 м
Вкус	Ощущение присутствия одной ложки сахара в 8 л воды.
Запах	Ощущение наличия одной капли духов в помещении из 6 комнат
Осязание	Ощущение движения воздуха, производимого падением крыла мухи на поверхность кожи с высоты 1 см

Чувствительность – способность реагировать на сравнительно слабые или незначительно отличающиеся друг от друга воздействия.

Чувствительность абсолютная (Е) – способность ощущать едва заметные, слабые раздражения.

Чувствительности абсолютный порог (нижний) (РА) – минимальная величина раздражителя любой модальности, при котором впервые возникает ощущение.

Чувствительности абсолютный порог (верхний) – это максимальная интенсивность раздражителя, при которой он еще воспринимается в своей модальности или вообще не воспринимается.

Чувствительность относительная (разностная, дифференциальная) – это способность ощущать слабые различия между раздражителями одной модальности.

Чувствительности относительный порог (разностный или дифференциальный) – это минимальное различие между раздражителями, которое дает едва заметное различие ощущений.

Вебера – Фехнера закон – закон психофизики, утверждающий, что сила ощущения пропорциональна логарифму величины (интенсивности) воздействия на органы чувств раздражителя ($S = k \ln + C$, где S – интенсивность ощущения, k – коэффициент пропорциональности, зависящий от модальности раздражителя, C – постоянная интегрирования). Главный смысл данной закономерности заключается в том, что интенсивность ощущений возрастает не пропорционально изменению раздражителей, а гораздо медленнее.

Изменение чувствительности

Чувствительность может изменяться в зависимости от разных условий: характера деятельности, возраста, функционального состояния, от особенностей рецептора, силы и длительности раздражителя. Можно выделить две формы изменения чувствительности: **адаптация, сенсибилизация**. Адаптация заключается в изменении чувствительности при слабых раздражителях, например при переходе из светлого помещения в темное световая чувствительность увеличивается и уменьшается при обратном переходе. Хуже человек адаптируется к слуховым и болевым раздражителям. Все виды ощущений взаимосвязаны, поэтому ощущения зависят еще и от раздражителей, воздействующих в данный момент на другие анализаторы. Изменение чувствительности анализатора под влиянием раздражения других органов чувств и есть сенсибилизация.

Адаптация (лат. adaptatio – приспособление) – приспособление к внешним условиям.

Адаптация (сенсорная) – изменение чувствительности, происходящее вследствие приспособления органа чувств к действующим на него раздражителям. Известно, что в темноте наше зрение обостряется, а при сильной освещенности его чувствительность снижается. Адаптация существует и в слуховой сфере (изменение слуховых ощущений в условиях тишины и шума), в сфере обоняния (при действии сильных запахов), осязания (при сильном холоде или жаре) и вкуса.

Сенсибилизация – повышение чувствительности в результате взаимодействия анализаторов или упражнения. Например, увеличение остроты зрения под влиянием слабых слуховых или обонятельных раздражителей. Известны значительные повышения чувствительности за счет характера деятельности (скрипачи обладают высокой чувствительностью к звукам, текстильщики научаются различать более 60 оттенков черного цвета и т.д.).

Взаимодействие ощущений

Синестезия (греч. syn – с, совместно, aesthesis – чувство, ощущение. – соощущения) – возникновение под влиянием раздражения одного анализатора ощущений, характерных для других анализаторов. Качество ощущений одного вида переносится на другой. Встречаются в норме («цветовой слух») у многих людей, и особенно у музыкантов (например, у Скрябина), например, низкочастотные звуки дают ощущение мягкости или обилия, в то время как высокочастотные звуки воспринимаются как хрупкие и острые, синий цвет воспринимается как холодный, в то время как красный – как теплый. В психической патологии, например, встречаются синестетические функциональные и рефлекторные галлюцинации.

Контраста явление – изменение интенсивности и качества ощущения под влиянием предшествующего и сопутствующего раздражителя, например, после холодного слабый тепловой раздражитель кажется горячим или одна и та же фигура на черном фоне кажется светлее, а на белом – темнее.

Продолжительность ощущений

Ощущения имеют способность сохранять интенсивность во времени. Они возникают не сразу, а спустя некоторое время – латентный период (скрытый, невидимый). Эти периоды различны для разных анализаторов, например для тактильных ощущений – 130 м/сек, а для боли – 50 м/сек. Но ощущения и не исчезают сразу после раздражения. Существует инерция – некоторое время образ сохраняется, его называют последовательным. Если долго смотреть на солнце, а потом перевести взгляд на белую стену, то на ней будет виден диск солнца в полном соответствии с исходным (по цветности и светлоте) – положительный образ или измененный (отрицательный).

Латентный период (от лат. latens – скрытый, тайный) – время между началом действия стимула и возникновения видимой реакции на этот стимул.

Последовательный образ – ощущения не исчезают сразу после прекращения действия раздражителя. От раздражителя остается след – последовательный образ.

Пространственная локализация

Благодаря бинокулярности зрения, слуха мы видим и слышим образы ощущений в определенном месте пространства. Локализация

тактильных ощущений вырабатывается в опыте благодаря совместной деятельности зрения и мышечного чувства. Ощущения прикосновения, давления и боли различны на разных участках тела. Ощущение вкуса локализуется на разных участках языка: сладкое – кончик языка, кислое – края языка, горькое – основание языка, соленое – края и середина языка. Обоняние – более чувствительна левая сторона носа.

Пространственная локализация раздражителя (для слуха) – точка пространства, из которой исходит звук. Основную роль при локализации звука играет то, что: а) ухо, которое находится ближе к источнику звука, испытывает воздействие стимула несколько раньше, чем другое ухо; б) голова создает «барьер», который частично блокирует звук так, что ближнее к источнику ухо получает более интенсивный стимул; в) два уха воспринимают различные фазы звуковых волн.

Термин «локализация» употребляется относительно слуха (определение расположения источника звука в среде), зрения (определение положения стимула в области зрения), осязательных ощущений (определение места стимуляции на коже).

Ощущения человека и животных

Согласно представлениям, разработанным в советской психологии, ощущения возникают в **филогенезе** на базе элементарной **раздражимости** как чувствительность к раздражителям, не имеющим прямого экологического значения, отражая тем самым объективную связь между биотическими и абиотическими факторами среды. В отличие от ощущений животных ощущения человека опосредованы его практической **деятельностью**, всем процессом исторического развития общества. В пользу исторического понимания ощущений как процесса развития всей всемирной истории (К. Маркс) говорят многочисленные данные о возможности широких перестроек чувствительности под влиянием предметной трудовой деятельности, а также о зависимости **восприятия** отдельных свойств объектов от социально выработанных систем сенсорных качеств, таких как системы фонем родного языка, шкала музыкальных звуков или основных тонов светового спектра.

Биотические – важные для жизни, жизнеспособные.

Абиотические – несовместимые с жизнью, нежизнеспособные.

РАЗВИТИЕ

Ощущения начинают развиваться сразу после рождения. Однако не все виды чувствительности развиваются одинаково. Сразу после рождения у ребенка развивается осязательная, вкусовая и обонятельная чувствительность (ребенок реагирует на температуру среды, прикосновение, боль; определяет мать по запаху материнского молока; отличает молоко матери от коровьего молока или воды). Однако развитие этих ощущений продолжается достаточно долго (мало развиты в 4–5 лет).

Менее зрелыми к моменту рождения являются зрительные и слуховые ощущения. Быстрее начинают развиваться слуховые ощущения (реагирует на звук – в первые недели жизни, на направление – через два-три месяца, а на пение и музыку – на третьем-четвертом месяце). Речевой слух развивается постепенно. Сначала ребенок реагирует на интонацию речи (на втором месяце), затем – на ритм, а способность различать звуки (сначала гласные, а потом согласные) появляется к концу первого года жизни.

Абсолютная чувствительность к свету у младенца низка, но заметно возрастает в первые дни жизни. Различение цветов наступает лишь на пятом месяце.

В целом абсолютная чувствительность всех видов достигает высокого уровня развития в первый год жизни. Медленнее развивается относительная чувствительность (бурное развитие происходит в школьном возрасте).

Ощущения в известных пределах можно развивать методом постоянных тренировок. Благодаря возможности развития ощущений происходит, например, обучение детей (музыке, рисованию).

НАРУШЕНИЯ ОЩУЩЕНИЙ

Среди нарушений ощущений выделяют количественные и качественные изменения.

К количественным нарушениям относятся: утрата или снижение способности ощущать различные виды раздражителей и повышение этой способности. Потеря чувствительности распространяется, как правило, на тактильную, болевую, температурную чувствительность, но может охватывать и все виды чувствительности.

Обычно это связано с различными заболеваниями индивида. К качественным расстройствам ощущений относят синестезию. Еще один вид патологии ощущений проявляется в различных, неприятных ощущениях: онемении, покалывании, жжении, ползании

мурашек и др. При различных патологических заболеваниях могут быть изменения болевой чувствительности. Они заключаются в разной болевой чувствительности и выносливости к боли.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

Индивидуальные различия в ощущениях – мало изученная область психологии. Известно, что чувствительность разных органов чувств зависит от многих факторов. Оказывают влияние особенности центральной нервной системы (у индивидов с сильной нервной системой чувствительность ниже); эмоциональность (у эмоциональных более развито обоняние); возраст (острота слуха наибольшая в 13 лет, зрения – в 20–30 лет, старые люди довольно хорошо слышат звуки низкой частоты, а высокие – хуже); пол (женщины более чувствительны к высоким звукам, а мужчины – к низким); характер деятельности (сталевары различают тончайшие оттенки раскаленного потока металла и пр.).

МЕТОДЫ ИЗУЧЕНИЯ

Экспериментальные

Методы изучения ощущений связаны с экспериментами в основном физиологическими или психофизиологическими.

Болевые ощущения имеют одну особенность, подметить которую можно, легко уколов палец. Сначала возникает относительно слабое, но точно локализованное болевое ощущение. Спустя 1–2 секунды оно становится более интенсивным. Разделить это «двойное ощущение» впервые удалось Г. Хеду в 1903 году. Ему в экспериментальных целях был пересечен чувствительный нерв. Тогда уже было известно, что нервы способны восстанавливаться. Сразу после перерезки на экспериментальном участке пропали все виды чувствительности, которые восстанавливались с неодинаковой скоростью. Через 8–10 недель появились первые признаки восстановления, через 5 месяцев восстановилась болевая чувствительность, но очень своеобразная. Легкий укол, даже прикосновение ассистента вызывали мучительное, почти непереносимое чувство боли. Исследуемый кричал, трясся всем телом, хватался за того, кто наносил раздражение. При этом, если у него были завязаны глаза, он не мог сказать, где возникает ощущение боли. И только спустя пять лет болевые ощущения полностью восстановились. Так возникло учение о *протопатической и эпикритической* чувствительности. Протопатическая чувствительность (от греч. protos – первый и pathos – страдание)

представляет собой самую древнюю примитивную недифференцированную чувствительность низкого уровня, а эпикритическая (от греч. epikriticos – вынесение решения) – высокочувствительный и тонко дифференцированный вид чувствительности, возникший на более поздних стадиях филогенеза.

Диагностические

Диагностические методы изучения ощущений связаны в основном с измерением порогов чувствительности и предполагают наличие специальной аппаратуры.

ТЕМА 7 • ВОСПРИЯТИЕ

ПОНЯТИЕ

Восприятие – 1) психический процесс целостного отражения предметов и явлений окружающего мира, действующих на органы чувств в данный момент; 2) субъективный образ предмета, явления или процесса, непосредственно воздействующего на анализатор или систему анализаторов (перцептивный образ); 3) процесс формирования этого образа или система действий, направленных на ознакомление с предметом, воздействующим на органы чувств.

В процессе приема и переработки человеком различной информации, поступающей в мозг через органы чувств, происходит слияние, или синтез, ощущений в единый перцептивный образ. При этом образ восприятия создается на основе анализа и синтеза отдельных свойств и качеств, предмет выделения существенных признаков и отвлечения от несущественных.

Помимо ощущений в процессе восприятия задействованы прошлый опыт, процессы осмысления того, что воспринимается, и психические процессы более высокого уровня (память, мышление). В процесс восприятия включены двигательные компоненты: ощупывание предметов и движение глаз; пропевание звуков или проговаривание речевых форм; принюхивание и пр. Направляется восприятие мотивацией и имеет определенную аффективно-эмоциональную окраску.

Перцептивная система – совокупность анализаторов, обеспечивающих данный акт восприятия.

Перцептивные действия – основные, структурные единицы процесса восприятия, включающие обнаружение объекта восприятия и соотнесение его с образами памяти.

Первоначально выделяется лишь общее и диффузное представление о предмете, которое потом сменяется более определенным и детальным восприятием. Опознание предмета, как правило, происходит на основе выделения обобщенных, иногда социально фиксированных систем признаков, в силу чего оно осуществляется за более короткое время (порядка долей секунды), чем процессы первоначального перцептивного научения, на которые уходят месяцы и годы (например, формирование навыков чтения).

Перцептивный – относящийся к восприятию.

ФУНКЦИИ

Восприятие выполняет отражательную и регулятивную функции. Образы восприятия, являясь обобщенными, обеспечивают ориентировку и регулирование поведения в соответствии с объективными условиями среды и субъективными потребностями воспринимающего субъекта деятельности и поведения.

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ

Восприятие – результат деятельности системы анализаторов. Первичный анализ, который совершается в рецепторах, дополняется сложной аналитико-синтетической деятельностью мозговых отделов анализаторов. Физиологической основой восприятия является условно-рефлекторная деятельность внутрианализаторного и межанализаторного комплекса нервных связей, обусловливающих целостность и предметность отражаемых явлений. Каждое восприятие определено деятельностью перцептивной системы, то есть не одного, а нескольких анализаторов. Значение их может быть неравнозначным: какой-то из них является ведущим, другие дополняют восприятие предмета. Исследования П.К. Анохина, Н.А. Бернштейна показали, что сформированные перцептивные образы, становясь акцепторами действия, обусловливают афферентацию и регулируют протекание исполнительной деятельности.

Акцептор действия – нейродинамическая модель результата предстоящего действия, представленная в центральной нервной системе. Включает основные характеристики действия и участвует в его регуляции. Термин ввел П.К. Анохин.

Афферентация – передача нервного возбуждения от периферических нервных окончаний к центральным нейронам коры головного мозга.

Современная психология восприятия представляет собой достаточно пеструю картину разнообразных подходов, методов и частных концепций, нацеленных на упорядочение непрерывно расширяющегося потока эмпирических данных. Тем не менее проблема восприятия принадлежит к числу классических. Наиболее сильное влияние на ее развитие оказали эмпирическая психология и психология целостности. С точки зрения эмпирической психологии механизм восприятия таков: раздражение органов чувств воспринимаемым объектом вызывает в сознании индивида соответствующую мозаику ощущений, которая затем связывается с кинестетическими ощущениями и прошлым опытом (В. Вундт).

Берлинская школа целостности (гештальтпсихология) предложила рассматривать в качестве первоосновы психических образований не ощущения, а структуру (гештальт).

Главное направление их исследований касалось организации элементов зрительного поля (Коффка, Келер).

В отечественной психологии проблема восприятия всегда занимала одно из центральных мест. Здесь восприятие рассматривается как субъективное отражение объективной действительности, как процесс формирования образа этой действительности, который совершается и развивается при взаимодействии субъекта с окружающим миром (Сеченов, Запорожец, Венгер, Зинченко, Ломов).

На современном этапе можно выделить три ведущих направления исследований психологии восприятия: когнитивное, экологическое и личностное.

Началом появления когнитивного (информационного) подхода послужил резкий скачок в развитии электронно-вычислительной техники. Согласно компьютерной метафоре, познавательная сфера индивида аналогична современной ЭВМ, то есть принимает, хранит и использует поступающую извне информацию. Процесс осуществляется поэтапно (П. Линдсей, Д. Норманн). Центральное место в структуре исследований теперь заняли проблемы распознания образов, формирование различных когнитивных структур, маскировки и селективности восприятия.

Экологический подход представляет собой несколько концепций, объединенных общей направленностью на выявление стимульной структуры окружающей индивида среды (Гибсон и др.). В ее основе лежат два фундаментальных положения: принцип единства организма и среды и постулат непосредственного восприятия стимуль-

ной информации. Согласно первому принципу, объектом восприятия выступают не отдельные предметы и их свойства как таковые, а целостные динамические события.

Постулат непосредственного восприятия гласит: главное не то, как совершается процесс восприятия, каковы его средства и механизмы, а то, что отражается в этом процессе, что является его действительным стимулом.

Согласно личностному подходу, вместо изучения ощущений и восприятия как некоторых природных свойств организма выдвигается задача реконструкции человеком образа окружающей действительности (Келли, Найсер, Петренко, Шмелев и др.). Чтобы разобраться в потоке впечатлений и адекватно себя вести в своем окружении, человек должен извлекать существенное из всей этой информации, объяснять происходящие события, прогнозировать результаты своего поведения (подобно ученому). Чтобы преуспеть в этом, человек вырабатывает у себя систему, своеобразную сеть оценочных координат, через которую он начинает воспринимать происходящее. У каждого человека свой набор конструктов. По количеству конструктов, с помощью которых субъект создает образ окружающей действительности, выделяют два крайних типа – людей когнитивно простых и когнитивно сложных (см. Когнитивные стили).

Гештальтпсихология – одна из школ современной зарубежной психологии, возникшая в Германии в 1-й четверти XX в. и выдвинувшая в качестве основного объяснительного принципа психологии целостное объединение элементов психической жизни, несводимое к сумме составляющих, – гештальт (нем. Gestalt – образ, форма, структура). Представители: М. Вертгеймер, К. Каффка, В. Келер, К. Левин и др.

Выдвигая на первый план целостный характер восприятия, гештальтпсихологии ввели ряд новых понятий (фигура, фон и др.) и законов. Ими открыто более 100 законов гештальта.

КЛАССИФИКАЦИИ ВИДОВ ВОСПРИЯТИЯ

1. По модальности (по анализаторам) выделяют:

а) зрительное,

б) слуховое,

в) осязательное,

г) обонятельное,

д) вкусовое.

2. По характеру активности:

а) непроизвольное,

б) произвольное.

3. По степени организованности:

а) неорганизованное,

б) организованное (наблюдение).

4. По характеру и продолжительности:

а) симультанное,

б) сукцессивное.

5. По формам существования материи:

а) восприятие пространства,

б) восприятие времени,

в) восприятие движения.

6. По объекту восприятия:

а) восприятие предметов,

б) восприятие речи,

в) восприятие человека,

г) восприятие музыки,

д) восприятие ситуаций и т.п.

Восприятие зрительное – это восприятие преимущественно в системе зрительного анализатора. Посредством зрения человек сразу воспринимает целый образ предмета. Зрительный аппарат приспособлен к тому, чтобы сразу (симультанно) воспринимать сложные формы предмета. Зрительная система человека и животных позволяет воспринимать не только отдельные признаки предметов, но и целостные геометрические формы или структуры. Для обеспечения длительности сохранения образа нужны движения глаза (А.Л. Ярбус). Неподвижный глаз слеп. Зрительное восприятие участвует в восприятии пространства и движения.

Восприятие слуховое – это восприятие в системе слухового анализатора. В процессе социальной истории человечества сложились две системы слухового восприятия: ритмико-мелодическая (или музыкальная) система кодов и фонематическая система кодов (или система звуковых кодов языка). Обе эти системы и организуют воспринимаемые человеком звуки в сложные системы слухового восприятия. Слуховое восприятие представляет собой активный процесс, включающий в свой состав моторные компоненты. В слуховом восприятии двигательные компоненты отделены от слуховой системы и выделены в особую систему пропевания голосом для музыкального слуха и проговаривания для речевого слуха. Слуховое восприятие участвует при восприятии времени.

Восприятие осязательное – это восприятие на основе кожных и двигательных ощущений. В процессе осязательного восприятия предмета постепенно (сукцессивно) поступающая информация от отдельных признаков предмета превращается в его целостный (симультанный) образ. Чтобы перейти от оценки отдельных признаков к осязательному восприятию целого предмета, необходимо, чтобы рука находилась в движении, то есть пассивное осязательное восприятие заменялось активным ощупыванием предмета.

Восприятие обонятельное – это восприятие на основе обонятельной чувствительности.

Восприятие вкусовое – это восприятие на основе вкусовой чувствительности.

Восприятие непроизвольное (непреднамеренное)– это восприятие без намерения, без постановки цели. Оно выступает как компонент какой-то другой деятельности.

Восприятие произвольное (преднамеренное) – связано с постановкой определенной задачи, цели. Оно характеризуется целенаправленностью, плановостью и систематичностью. В этом случае восприятие выступает как познавательная перцептивная деятельность (наблюдение). Произвольное восприятие в большинстве случаев более эффективно, чем непроизвольное. Произвольное восприятие является высшей психическая функцией и присуще только человеку.

Восприятие симультанное – развернутое в пространстве, одномоментное, обобщенное, целостное. Например, целостное восприятие лектором всей аудитории при чтении лекции.

Восприятие сукцессивное – развернутое во времени, поэтапное наблюдение. Например, поиск ошибок при проверке диктанта.

Восприятие пространства – отражение пространственных форм вещей, их величины, формы, расположения относительно друг друга и направления. В пространственном восприятии участвуют все органы чувств человека. Ведущая роль принадлежит совместной деятельности зрительного, двигательного, кожного и вестибулярного анализаторов. Важнейшим механизмом зрительного восприятия пространства является механизм фузии, лежащий в основе бинокулярного зрения (зрения двумя глазами).

Восприятие размера предметов определяется величиной их изображения на сетчатке глаза и удаленностью от глаз наблюдателя.

Приспособление глаза к четкому видению различно *удаленных предметов* осуществляется с помощью двух механизмов: аккомода-

ции и конвергенции. При восприятии близко расположенных предметов происходит мышечное сокращение, в результате чего уменьшается степень натяжения хрусталика и его форма становится более выпуклой (аккомодация). Конкретное состояние аккомодации вызывает и определенную степень сведения зрительных осей (конвергенция), и, наоборот, тому или иному сведению зрительных осей соответствует определенная степень аккомодации. Взаимодействие величины изображения предмета на сетчатке и напряжения глазных мышц в результате аккомодации и конвергенции и является условно-рефлекторным сигналом размера воспринимаемого объекта. Однако полностью объяснить восприятие расстояния до объекта с помощью этих процессов невозможно.

При восприятии *глубины и объемности* главную роль играет бинокулярное зрение (зрительное восприятие двумя глазами).

Восприятие *формы предметов* обычно осуществляется с помощью зрительного, тактильного и кинестетического анализаторов. К их механизмам относится и врожденная способность нервных клеток коры головного мозга избирательно реагировать на элементы изображений, имеющие определенную насыщенность, ориентацию, конфигурацию и длину. Восприятие формы требует выделения предмета из фона, а это, в свою очередь, часто требует выделение контура, то есть границы, пространственных элементов фигуры, отличающихся по яркости, цвету, текстуре. Одним из факторов, влияющим на восприятие формы предметов, является жизненный опыт человека, получаемый за счет движений руки по контуру и поверхности объектов, перемещения человека и частей его тела в пространстве.

Аккомодация (от лат. accomodatio – приспособление) – изменение кривизны хрусталика глаза в зависимости от удаленности объекта от сетчатки. Увеличение кривизны хрусталика соответствует аккомодации на близкое расстояние, а уменьшение – на дальнее. Изменение кривизны хрусталика осуществляется специальной ресничной мышцей.

Конвергенция – сведение зрительных осей глаз на каком-либо объекте или в одну точку зрительного пространства. Между зрительными осями обычно образуется некоторый угол. Он и несет в себе информацию о расстоянии до объекта.

Восприятие глубины – зрительное восприятие мира в трех измерениях. Это восприятие удаленности объектов от наблюдателя и восприятие трехмерности самих объектов.

Восприятие времени – это отражение длительности, скорости и последовательности явлений действительности. В основе восприятия времени лежит ритмическая смена возбуждения и торможения в больших полушариях головного мозга.

В восприятии времени участвуют различные анализаторы, наиболее важными являются слуховые и кинестезические. Восприятие продолжительности событий в значительной мере определяется характером переживаний и эмоциональным состоянием субъекта.

Восприятие времени зависит также от характера деятельности, которую человек в данный момент выполняет, мотивации, установок и ожиданий приятных или неприятных событий. Механизм восприятия человеком времени часто связывают с биологическими часами – определенной последовательностью и ритмикой биологических обменных процессов, происходящих в его организме. В качестве биологических часов называют ритм сердечной деятельности и метаболизм (обменные процессы) тела.

Восприятие движения – это отражение изменений положения предмета в пространстве и во времени (отражение направления и скорости). Восприятие движения обеспечивается соответствующими движениями глаз, дифференцировкой объекта (фигуры) от фона и совместной работой нескольких анализаторов (чаще зрения и кинестезии). Наличие или отсутствие движения в поле зрения констатируется нейронами-детекторами движения или новизны, входящими в нейро-физиологический аппарат ориентировочной реакции (рефлекса).

Направленность движения может оцениваться по направлению перемещения отражаемого объекта на поверхности сетчатки, а также отмечаться последовательностью сокращения – расслабления определенной группы мышц глаза, головы, туловища при выполнении прослеживающих движений за объектом. Связь восприятия движения и его направления с перемещением изображения на сетчатке доказывается существованием иллюзии движения и автокинетического эффекта.

Восприятие подпороговое (бессознательное) – феномен, когда информация преодолевает физиологический порог, но не достигает порога осознанного восприятия. Информация все же воздействует на организм и способна вызвать ответные реакции.

Восприятие человека человеком – процесс психологического познания людьми друг друга в условиях непосредственного общения. Специфика по сравнению с восприятием неодушевленных предме-

тов – в большей пристрастности, что проявляется в слитности когнитивных и эмоциональных компонентов, в ярче выраженной оценочной и ценностной окраске, в более прямой зависимости представления о другом человеке от мотивационно-смысловой структуры деятельности воспринимающего субъекта. При восприятии нового человека главное внимание субъект уделяет внешним проявлениям: физическому облику, оформлению, экспрессии лица и выразительным движениям тела, голосу, интонациям, а также действиям и поступкам.

Выделены (А.А. Бодалев) механизмы восприятия другого человека: 1) идентификация – понимание и интерпретация другого человека путем отождествления себя с ним; 2) социальная рефлексия – понимание другого путем рассуждения за него); 3) эмпатия – понимание другого человека путем эмоционального вчувствования в его переживания; 4) стереотипизация – восприятие и оценка другого человека на основе сложившихся социальных стереотипов.

СВОЙСТВА И ЗАКОНОМЕРНОСТИ

Гештальта законы – гештальтпсихологи обнаружили факторы (законы гештальта), влияющие на перцептивную организацию зрительного поля, законы, по которым отдельные элементы объединяются в единое целое (фигуру) и фигура выделяется из фона. Таких законов было открыто более 100. Приведем несколько примеров таких законов.

1. **Закон сходства:** в фигуру объединяются элементы, сходные по форме, цвету, размеру, текстуре и пр. Тот факт, что крест (рисвоспринимается мгновенно (фигура) и продолжает видеться неизменно, иллюстрирует действие того фактора, что крест состоит из качественно одинаковых элементов.

```
  0
  0
  0
0 0 0 0 0
  0
  0
  0
  0
```

Рис. 15. Закон сходства

2. **Закон близости:** чем ближе (при прочих равных условиях) объекты друг к другу в зрительном поле, тем с большей вероятностью они организуются в единые, целостные образы (фигуры).

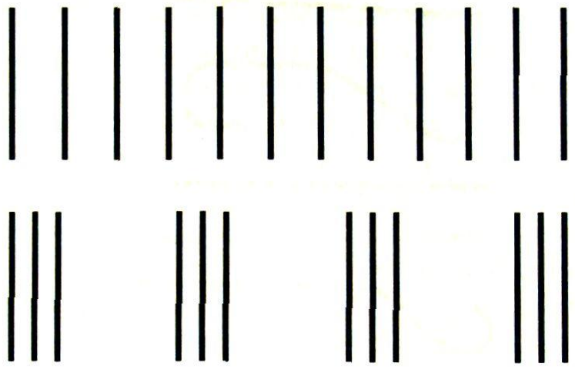


Рис. 16. Закон близости

3. **Закон «хорошего продолжения»:** элементы, образующие плавный, непрерывный контур, воспринимаются как единая фигура – группируются. Участки линий на рис.17 группируются так, что А объединяется с Д, а С с В, а не А с В и С с Д, потому что первые пары образуют друг с другом плавный контур.

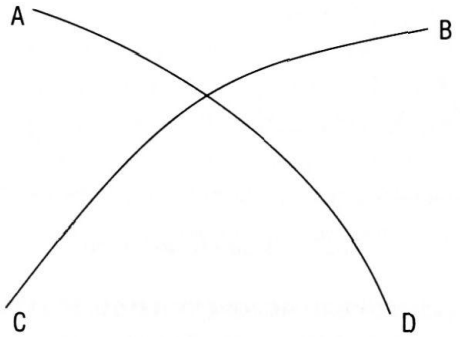


Рис. 17. Закон «хорошего продолжения»

4. **Закон «хорошей линии»:** фактор определяет избирательность восприятия двух или более пересекающихся или касающихся линий (рис. 18). Воспринимается прежде «хорошая линия» (которую нельзя упростить путем изменения восприятия). В данном случае прежде воспринимается прямая линия (б), потом – фигура (в), а не (г) и (д).

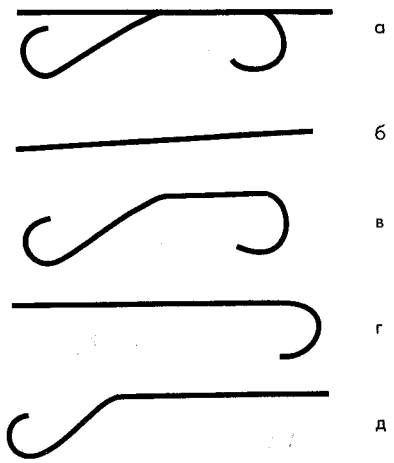


Рис. 18. Закон «хорошей линии»

5. **Закон замкнутости:** чем в большей степени элементы зрительного поля образуют замкнутые целые, тем с большей готовностью они будут организовываться в отдельные образы – квадрат, круг, «рыбку». Такие замкнутые контуры обладают сильным приоритетом в зрительной организации.

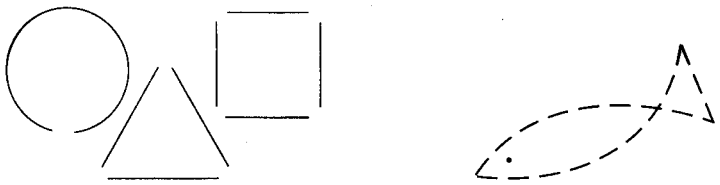


Рис.19. Закон замкнутости

6. **Закон установки:** если человеку предъявлять изображение, которое с равным успехом может быть принято как число 13 или как буква «В», то, если этот знак предъявляется в ряду чисел, воспринимается как 13, а если в ряду букв – то как «В».

7. **Прошлый опыт.** Человек предпочитает воспринимать то, что уже ранее воспринимал. Так, хорошо понятная фраза, написанная без пробелов, воспринимается в ее истинном смысле (например: собакаестмясо или кошкаловитмышей), так как легко распадается на знакомые слова. Если то же сделать на незнакомом языке, то, естественно, такой организации не произойдет.

На основе законов гештальта были выработаны свойства восприятия.

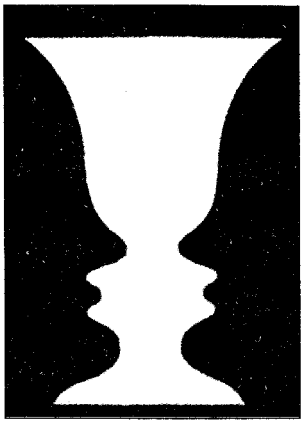
Предметность восприятия – способность отражать объекты и явления реального мира не в виде набора не связанных друг с другом ощущений, а в форме отдельных предметов. Все, что человек воспринимает, он воспринимает как фигуру (предмет) на фоне. Это свойственно в равной мере и животным. Исследования американских психологов Лешли и Клювера показали, что если научить животное (крысу) реагировать на фигуру черного треугольника на белом фоне, то оно способно сразу же реагировать на белый треугольник на черном фоне, на треугольник, намеченный штрихами или точками. Предметность не является врожденным свойством восприятия, а возникает и совершенствуется в онтогенезе на основе движений, обеспечивающих контакт ребенка с предметом (И.М. Сеченов). Предметность проявляется в выделении воспринимаемого предмета из фона.

Целостность восприятия – особенность восприятия, заключающаяся в отражении объектов в совокупности их свойств. Это некоторое целое, в котором каждая часть зависит от окружения. Нос, например, воспринимается длинным или коротким лишь в составе лица. В процессе восприятия образ воспринимаемого предмета может быть полностью не дан в готовом виде (например, тыльная часть вещи), а как бы мысленно достраивается до некоторой целостной формы. Целостность восприятия проявляется также в зрительных иллюзиях (иллюзия стрелы и др.). Образ восприятия имеет высокую избыточность – некоторые компоненты образа содержат информацию не только о себе, но и о других компонентах и об образе в целом. Поэтому качество восприятия зависит от предвосхищения актуально не воспринимаемых частей объекта.

Отечественная психология рассматривает целостность восприятия как отражение целостности, объективно присущей воспринимаемому предмету, а не как изначальное свойство восприятия в гештальтпсихологии. Целостность – не изначально заданное свойство, она формируется в предметной деятельности человека.

Структурность восприятия – расчлененность и специфическая взаимосвязь частей воспринимаемого предмета (его структура). Человек воспринимает абстрагированную из ощущений обобщенную структуру. Так, мелодия, сыгранная на разных инструментах воспри-

нимается как одна и та же. Структурность восприятия проявляется в двойственных изображениях (рис. 20). В них фигура и фон могут меняться местами, происходит переструктурирование.



а)

в)

Рис. 20. Двойственные изображения:
а – ваза или два профиля; *в* – молодая и старая женщины
(рисунок датского психолога Э. Рубина)

Осмысленность восприятия (категориальность) – осмыслить восприятие – значит осознать предмет, который оно отображает, выявить предметное значение его сенсорных данных. В процессе осмысления чувственное содержание восприятия подвергается анализу и синтезу, сравнению, отвлечению различных сторон, обобщению.

Осмысление предмета завершается называнием его словом – понятием, то есть отнесением к определенной группе, классу, категории предметов. Осмысленная информация опознается существенно быстрее и точнее при зрительном предъявлении. Так, несколько бесформенных пятен сразу опознаются как фигура, стоит лишь ее назвать. Единство и взаимопроникновение чувственного и логического составляют существенную черту человеческого восприятия.

Обобщенность восприятия – А.Р. Лурия считал одним из самых важных свойств. Оно выражается в том, что восприятие всегда совместное отражение единичного и общего. Этому способствует и название предмета, поскольку слово и обобщает.

Избирательность восприятия – из огромного числа воздействий лишь некоторые выделяются с большей отчетливостью и осознан-

ностью, чем все остальные. Эта особенность характеризует избирательность восприятия, которая зависит от интересов, в значительной степени от установок личности, потребностей, знаний, с одной стороны, а с другой, обусловлена особенностями самого предмета восприятия, его «броскостью», контрастностью и пр. Исследования А.И. Богословского, проведенные во время Отечественной войны, показали, что восприятие форм существенно повышалось, если рассматриваемой фигуре придавалось значение «своего» или «вражеского» самолета.

Константность восприятия (от лат. constants – постоянный) – свойство восприятия воспроизводить предмет относительно постоянным образом при изменении условий его восприятия (освещенности, удаленности, угла зрения, формы, величины и т.п.). Мы удаляемся от предметов или приближаемся к ним – они в нашем восприятии не изменяются в размерах. Константность восприятия – это во многом проявление прошлого опыта. Человек, живший долгое время в лесу, воспринял в степи далеко идущих людей как карликов (исследования А.Р. Лурия).

Апперцепция (от лат. ad – к и percipio – воспринимаю) – зависимость восприятия от предшествующего опыта субъекта, от его общего содержания, направленности личности, от стоящих перед ним задач, мотивов его деятельности, убеждений и интересов, эмоциональных состояний, то есть восприятие – не пассивное снятие копий, слепков с действительности, а активный процесс построения психических моделей действительности, детерминированный всеми сложившимися особенностями личности.

Термин введен немецким философом Г. Лейбницем. Так, опытный психолог заметит больше особенностей воспринимаемой личности, чем не имеющий опыта, в просматриваемом кинофильме каждый человек заметит в большей степени то, что ему интересно и т.д.

Историчность восприятия – включенность восприятия человека в процесс исторического развития его сознания. Восприятие действительности на данной ступени развития вырастает на основе опосредования его всей прошлой общественной практикой, в процессе которой переделывается и чувственность человека. Так, человеческий слух сформировался в значительной мере благодаря развитию речи и музыки, а зрение – благодаря развитию геометрии и изобразительному искусству. Всякое восприятие фактически является включением воспринятого объекта в определенную систему представлений и

понятий, запечатлевшуюся в речи, которая представляет собой продукт общественно-исторического развития.

Иллюзии восприятия – искаженное отражение реальности, носящее устойчивый характер. Иллюзия восприятия – это феномен восприятия, существующий только в голове человека и не соответствующий какому-либо реальному явлению или объекту. Могут происходить в разных модальностях. Наибольшее их число наблюдается в области зрения. Зрительные иллюзии многообразны:

1) иллюзии, связанные с особенностями строения глаза. Так, белые предметы кажутся больше:

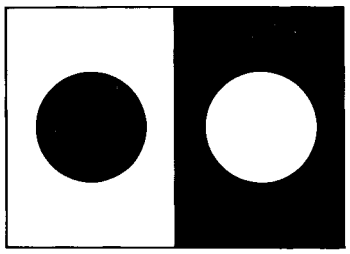


Рис. 21

2) иллюзии, связанные с переоценкой величины вертикальных отрезков по сравнению с горизонтальными при их действительном равенстве:

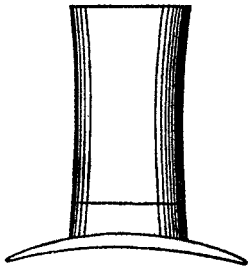


Рис. 22

3) иллюзии, обусловленные контрастом. Воспринимаемая величина фигуры зависит от окружения. Круг кажется большим среди маленьких кружков и меньшим – среди больших:

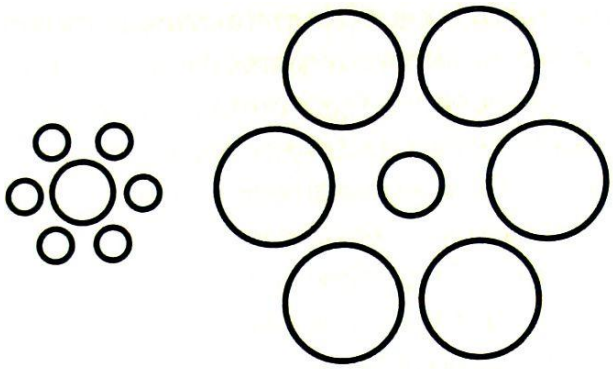


Рис. 23

4) иллюзия переноса. Это означает перенос свойств целой фигуры на ее отдельные части. Такова иллюзия Мюллера-Лайэра и др:

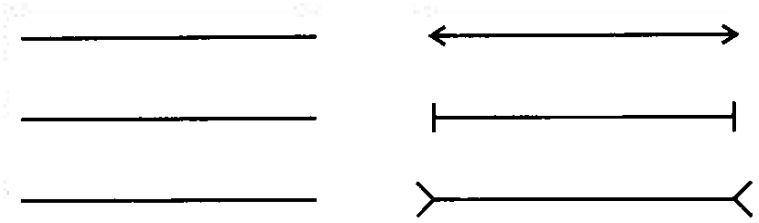


Рис. 24

5) иллюзии искажения направления линий под влиянием других линий фона:

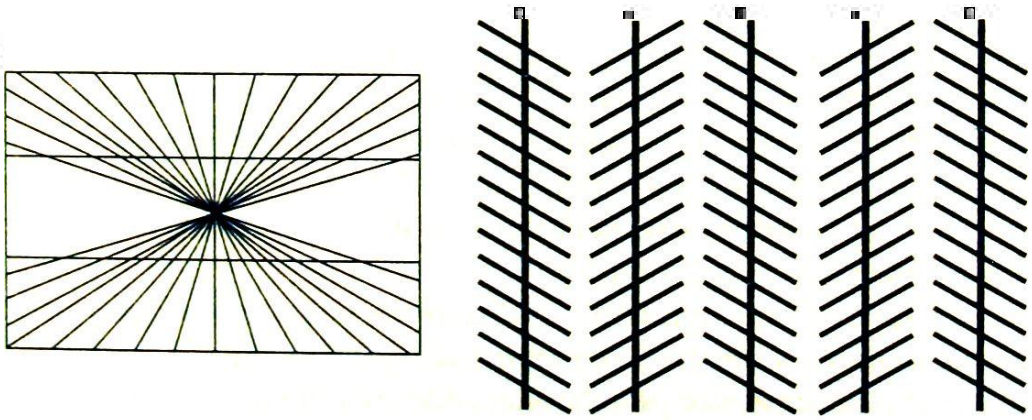


Рис. 25

К другому виду иллюзий восприятия относятся иллюзии видимого движения: 1) движение автокинетическое – хаотическое перемещение объективно неподвижного источника света, наблюдаемого в полной темноте; 2) движение стробоскопическое – впечатление движения объекта при быстром последовательном предъявлении двух неподвижных стимулов в близком соседстве (киноизображение); 3) движение индуцированное – кажущееся движение неподвижного объекта в сторону, противоположную движению окружающего фона.

К незрительным иллюзиям относится иллюзия Шарпантье: из двух предметов равного веса, но разных размеров меньший кажется тяжелее.

Единой теории, объясняющей все иллюзии, еще нет. Принято считать, что иллюзорные эффекты – результат работы в необычных условиях тех же механизмов, что и в нормальных условиях.

РАЗВИТИЕ В ОНТОГЕНЕЗЕ

Рецептурный аппарат у ребенка в значительной мере созрел для функционирования уже к моменту рождения. Развитие восприятия ребенка является в основном развитием осмысливания чувственных данных ощущения, осознанием их предметного содержания. Раннее осмысливание восприятия предметов не исключает того, что оно проходит длинный путь развития. В раннем восприятии ребенка значительное место принадлежит аффективно-моторным и эмоциональным реакциям и его познавательным установкам (что это?). Слабость анализа и синтеза влечет за собой неумение выделять существенное в воспринимаемых явлениях и невысокий уровень обобщения. По мере того как восприятие становится сознательным и целенаправленным актом, оно превращается в наблюдение, развивающееся по определенным этапам. Огромную роль в процессе становления восприятия играют обучение и воспитание, опыт перцептивной деятельности. Ребенка необходимо обучать слежению за движением, дегустации, прислушиванию, манипуляции предметами и др.

Для развития восприятия необходимо использовать предметы, разнообразные по форме, цвету, структуре, фактуре, а также такие виды деятельности, как рисование, конструирование, лепка и др.

НАРУШЕНИЯ

Нарушениями восприятия могут быть иллюзии и галлюцинации, а также другие более сложные нарушения, которые описывает кли-

ническая психология (расстройства узнавания, искажения восприятия времени, пространства, собственной личности и пр.). Зрительные иллюзии проявляются в виде искажения зрительного образа (восприятие висящего в шкафу пальто как человека). Слуховые иллюзии характеризуются нарушением восприятия реальных шумов, звуков (резкий шум за дверью может восприниматься как звонок в дверь). Вкусовые иллюзии выражаются в появлении «привкусов». Наблюдаются и другие иллюзии (тактильные, болевые, температурные).

Галлюцинации – это восприятия, возникающие без наличия реального объекта, сопровождающиеся убеждениями в том, что данный объект в данное время и в данном месте действительно существует.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

Восприятие объекта во многом зависит от особенностей личности. Поэтому индивидуальные особенности восприятия достаточно велики. Различия могут быть, например, по типу восприятия:

1) синтетический или аналитический; 2) объяснительный или описательный; 3) объективный или субъективный.

Люди различаются и по характеру наблюдательности (быстроте, степени преднамеренности, активности и др.). Существуют также индивидуальные различия в восприятии времени, пространства и движения.

МЕТОДЫ ИЗУЧЕНИЯ

Экспериментальные

Изучение восприятия в науке шло экспериментальным путем. История науки знает многочисленные эксперименты, направленные на исследования свойств восприятия, закономерностей, факторов, влияющих на его продуктивность и т.д.

В качестве примера приведем эксперимент американского психолога И. Колера о перестройке пространственной организации восприятия.

Этот исследователь надевал испытуемым призматические очки, которые перевертывали воспринимаемое изображение вверх ногами или справа налево. Сначала испытуемые совершенно не могли ориентироваться в окружающей среде, оставаясь полностью беспомощными, однако при длительном и постоянном ношении таких очков они настолько адаптировались к ним, что извращение,

полученное с помощью очков, переставало влиять на их движения и они переставали воспринимать неправильность воспринимаемой их глазом картины.

Диагностические

Для диагностики различных особенностей восприятия используются различные методы и методики, например:

– методика «Шкала приборов»;

– методика изучения восприятия времени;

– методика информационного поиска для изучения сенсорно-перцептивного процесса и др.

ТЕМА 8 • ВНИМАНИЕ

ПОНЯТИЕ

Внимание – направленность и сосредоточенность психической деятельности человека в данный момент времени на определенных объектах при одновременном отвлечении от других. Это процесс сознательного или бессознательного (полусознательного) отбора одной информации, поступающей через органы чувств, и игнорирование другой.

Критериями внимания являются:

1) внешние реакции – моторные (повороты головы, фиксация глаз, мимики, поза сосредоточенности), вегетативные(задержание дыхания, вегетативные компоненты ориентировочной реакции);

2) сосредоточенность на выполнении определенной деятельности, ее организации и контроле;

3) увеличение продуктивности деятельности («внимательное» действие эффективнее по сравнению с «невнимательным»);

4) избирательность (селективность) информации;

5) ясность и отчетливость содержаний сознания, находящихся в поле сознания.

Селекция – отбор улучшенных видов, сортов и т.д.

ФУНКЦИИ

– целенаправленный отбор значимой информации и удержание ее, пока не будет достигнута цель;

– игнорирование других воздействий;

– регуляция и контроль действий с целью их улучшения;

– усиление видимости (подобно прожектору), позволяющее лучше рассмотреть объект, явление или действие.

МЕХАНИЗМЫ

Внимание имеет рефлекторный характер (И.М. Сеченов). Согласно представлению А.А. Ухтомского, возбуждение распределяется неравномерно по коре больших полушарий и может создавать в ней очаги оптимального возбуждения, которые приобретают доминирующий характер. Эти очаги (доминанты) уменьшают силу действия других очагов возбуждения и торможения, а также сами приобретают способность усиливаться под влиянием посторонних возбуждений. Эти взгляды подтверждены современными экспериментальными исследованиями. Обнаружена значительная роль ратикулярной формации в механизмах внимания. А контрольная функция внимания успешно обосновывается явлениями обратной афферентации (П.К. Анохин). «Обратные сигналы», лежащие в основе контроля и коррекции, побуждают человека к последующей деятельности.

Доминанта – преобладающий очаг возбуждения в головном мозге человека, связанный с повышенным вниманием или актуальной потребностью. Способен усиливаться за счет притяжения возбуждений с соседних участков мозга. Это понятие ввел А. Ухтомский.

Ратикулярная формация – скопление нервных клеток, расположенное в стволовой части мозга и представляющее собой как бы след нервных путей, соединяющих рецепторы органов чувств с участками коры мозга. Благодаря ратикулярной формации человек способен настораживаться, реагировать на незначительные изменения в окружающей среде. Она же обеспечивает возникновение ориентировочного рефлекса. ***Афферентация*** – передача нервного возбуждения от периферических нервных окончаний к центральным нейронам коры головного мозга.

ТЕОРИИ ВНИМАНИЯ

Психофизиологическая теория Т. Рибо. Он утверждал, что внимание связано с эмоциями и вызывается ими. Интенсивность и продолжительность как произвольного, так и непроизвольного внимания определяется интенсивностью и продолжительностью эмоций, связанных с объектом. Рибо связывал внимание также и с физиологическими изменениями организма (сосудистые, дыхательные и др.

реакции). Состояние внимания связано с движениями (лица, туловища, конечностей и т.п.), которые поддерживают и усиливают состояние сознания.

Теория избирательной активности внимания Д.Н. Узнадзе. Внимание – установка, то есть готовность определенным образом отражать объект. Под влиянием установки субъект выделяет избирательно те сигналы, которые соответствуют опережающему возбуждению. Это «вероятностное прогнозирование» и связанная с ним подготовка к действию и есть механизм активного внимания, или механизм избирательной установки.

Концепция внимания П.Я. Гальперина. Основные положения концепции:

– внимание – один из моментов ориентировочной деятельности;

– внимание – это контрольная часть действия (помимо ориентировочной и исполнительной), которая не имеет особого отдельного результата. Внимание в отличие от контроля не оценивает действие, а улучшает его, сравнивая с образцом. В самостоятельный процесс оно превращается, когда действие становится умственным и сокращенным;

– внимание – результат формирования новых умственных действий.

КЛАССИФИКАЦИЯ ВИДОВ ВНИМАНИЯ

По степени активности: 1) непроизвольное, 2) произвольное и 3) послепроизвольное внимание.

По происхождению: 1) природное, 2) социальное.

По использованию средств: 1) непосредственное, 2) опосредованное.

По объекту внимания: 1) внешнее (чувственное), 2) внутреннее (интеллектуальное).

Внимание непроизвольное – возникающее стихийно, не связано с участием воли, носит пассивный характер, так как навязывается внешними по отношению к цели деятельности событиями. Проявляется в ориентировочной автоматической рефлекторной реакции на раздражитель. Его стимулируют все новые, интересные, сильные раздражители.

Внимание произвольное – вид внимания, для которого характерно наличие сознательной цели и волевого усилия. Носит активный характер, опосредовано социально выработанными способами пове-

дения и по происхождению связано с трудовой деятельностью. Стимулами являются потребности, мотивы, необходимость и значимость стимулов.

Внимание послепроизвольное – вид внимания, который появляется при вхождении в деятельность после произвольного внимания. При этом сохраняется целенаправленность деятельности, но снижается напряженность (появляется как бы «второе дыхание»). Это высшая форма профессионального внимания (Н.Ф. Добрынин).

Внимание природное – врожденная способность избирательно реагировать на те или иные внешние или внутренние стимулы, несущие в себе элементы информационной новизны.

Внимание социально обусловленное – складывается прижизненно в результате обучения и воспитания, связано с волевой регуляцией поведения, с избирательным и сознательным реагированием на объекты.

Внимание непосредственное – не управляется ничем, кроме того объекта, на который оно направлено и который соответствует актуальным потребностям человека.

Внимание опосредованное – регулируется с помощью специальных средств, например жестов, слов, указательных знаков, предметов.

Внимание внешнее (чувственное) – по преимуществу связано с эмоциями и избирательной работой органов чувств.

Внимание внутреннее (интеллектуальное) – связано с сосредоточенностью и направленностью мысли.

СВОЙСТВА И ЗАКОНОМЕРНОСТИ

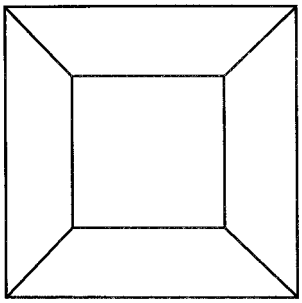
Свойства

Концентрация внимания – степень или интенсивность сосредоточенности внимания. Слабая концентрация проявляется в многочисленных ошибках на внимание («глупых» ошибках), неспособности замечать свои и чужие ошибки при проверке и т.д.

Устойчивость внимания – способность в течение длительного времени сохранять состояние внимания на каком-либо объекте, предмете деятельности, не отвлекаясь и не ослабляя внимания. Об устойчивости внимания можно судить по преимущественному появлению ошибок в начале деятельности или в конце или они распределены равномерно.

Колебания внимания – периодическое кратковременное непроизвольное ослабление и усиление сосредоточенности. Так, прислуши-

ваясь к слишком слабому, едва слышному тиканью часов, мы то замечаем звук, то перестаем его замечать. Абсолютного внимания не существует. Оно нарушается каждые 8–10 секунд. Колебания внимания легко прослеживаются при восприятии так называемых двойственных изображений. Если в течение нескольких минут смотреть на изображение усеченной пирамиды (рис. 26 а), она может казаться то обращенной вершиной к нам, как бы выступающей вперед, то обращенной вершиной от нас, как бы уходящей вглубь. А на рис. 26 б можно видеть то кролика, то утку. Кратковременные колебания внимания обычно не замечаются и не оказывают существенного влияния на характер и продуктивность деятельности.



а)

б)

Рис. 26. Колебание внимания

Переключаемость внимания – это сознательное и осмысленное перемещение внимания с одного объекта (действия) на другой объект (действия). Переключение может быть обусловлено требованиями

деятельности, либо необходимостью включения в новую деятельность, либо в целях отдыха.

Распределение внимания – способность рассредоточить внимание на значительном пространстве или параллельно выполнять несколько различных действий (слушать, писать, думать, наблюдать и т.п.). Высокий уровень распределения внимания – одно из обязательных условий успешности многих видов современного труда. Возможность распределения внимания зависит от сложности совмещаемых деятельностей, их видов (например, моторной и умственной). Основным условием успешности распределения внимания является автоматизация по крайней мере одного из одновременно осуществляемых видов деятельностей.

Объем внимания – число объектов или отдельных элементов стимула, которые могут быть восприняты за время одного короткого представления. Объем внимания современного человека – 5–9 ед. Между концентрацией внимания и объемом существует обратная зависимость: увеличение объема воспринимаемых элементов приводит к уменьшению степени концентрации внимания и наоборот.

ЗАКОНОМЕРНОСТИ

Факторы привлечения внимания

1-я группа факторов связана с характером раздражителя. Это факторы силы, новизны, необычности, контраст, внезапность. Например, скорее замечается движущийся объект, нежели статичный.

2-я группа факторов связана с соотношением характера раздражителя и потребностей человека. Привлекает внимание то, что значимо для человека, его деятельности и личности. Имеют значение особенности личности (опыт, эмоциональное состояние, установки и пр.).

3-я группа факторов связана с особенностями организации деятельности субъекта. Внимание всегда привлечено к действию, направленному на определенную цель. Поэтому для привлечения внимания важны: понимание цели, организация деятельности и условия ее протекания.

РАЗВИТИЕ

В раннем детстве внимание ребенка носит диффузный, неустойчивый характер. Однако ребенок рано может проявлять внимание в

течение более или менее значительного времени (повторять манипуляции с предметом 20–40 раз). На протяжении дошкольного возраста и к началу школьного ребенок еще слабо владеет своим вниманием. Следующим приобретением в развитии внимания являются его произвольность и интеллектуализация, переключение с чувственного содержания на мыслительные связи.

Отсюда растут объем внимания, устойчивость, концентрация. Развитие внимания тесно связано с общим интеллектуальным развитием, развитием воли и личности ребенка в целом.

Механизмы управления вниманием складываются до школы, но требуют формирования определенных умений: 1) умения принимать инструкцию взрослого; 2) удерживать инструкцию на протяжении всего задания; 3) владеть навыками самоконтроля (способность находить новые свойства в обычных объектах, в чем гении далеко превосходят обычных людей).

Л.С. Выготский выделял две линии развития внимания ребенка: линию непроизвольного (натурального) и произвольного (высшей формы) внимания.

Непроизвольное внимание развивается под влиянием развития нервной системы, продолжается всю жизнь, но имеет «приглушенные», «замедленные» проявления.

Произвольное внимание развивается в направлении изменения самих приемов работы, возникает под влиянием взрослых и связано с переживанием усилий.

НАРУШЕНИЯ

Рассеянность мнимая – это результат чрезмерного углубления в работу, когда человек ничего не замечает вокруг себя.

Рассеянность – расстройство внимания. Нарушение способности сосредотачивать внимание на избранном объекте на длительное время, при этом страдают концентрация внимания, его устойчивость, перераспределение. Характерна для невротических состояний и утомления.

Отвлекаемость внимания – нарушение внимания, его устойчивости. Характерно быстрое переключение внимания в связи с появлением новых внешних раздражителей или при возникновении случайных ассоциаций. Наблюдается при маниакальных и гипоманиакальных состояниях, а также у людей с поверхностным, легким отношением к окружающему, воспитанным в процессе неправильного воспитания.

Способность к отвлечению (с легкостью) обычно относят к детям, которые легко увлекаются другой задачей или даже другой мыслью, далекими от тех, которыми занимаются. Это возрастные особенности внимания детей.

Сужение внимания – слишком маленький объем внимания (2–3 ед.), наблюдается при психических расстройствах, депрессии.

Слабость распределения внимания – нарушение при многих психических заболеваниях и состояниях.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

Поскольку внимание обладает различными независимыми друг от друга свойствами и зависит от многих личностных факторов, а также от обучения и воспитания, то люди могут значительно отличаться по отдельным свойствам внимания, образуя индивидуальные типы: 1) широкое и узкое внимание (в зависимости от объема); 2) хорошо и плохо распределяемое; 3) быстро или медленно переключаемое; 4) концентрированное или флюктуирующее; 5) устойчивое и неустойчивое.

МЕТОДЫ ИЗУЧЕНИЯ

Экспериментальное

Остановимся на одном из многих экспериментальных исследований внимания, описанных Р. Вудвортсом. Исследовался объем внимания. Испытуемым предъявляли черные точки на белом фоне на короткий промежуток времени (37–100 миллисек). Испытуемых просили сосчитать точки. Среднее значение для взрослого человека получилось примерно от 6 до 11. В дальнейшем это число уточнялось и стало в промежутке от 5 до 9.

Диагностическое

В психологии используются многочисленные диагностические методы для выявления уровня развития внимания. Наиболее популярными являются:

– корректурные пробы (например, тест Бурдона – Рудика) для изучения свойств внимания;

– сложение чисел с переключением (Э. Крепелин);

– красно-черные таблицы Шульте;

– кольца Ландольта;

– перепутанные линии и др.

ПОНЯТИЕ

Определение памяти может быть различным.

Память – 1) психический процесс отражения предметов и явлений окружающего мира, которые действовали ранее на органы чувств. В отличие от ощущений и восприятий память отражает лишь то, что ранее ощущалось и воспринималось (отдельные свойства и целостные образы предметов и явлений окружающего мира); 2) совокупность процессов запоминания, сохранения, забывания и последующего воспроизведения следов прошлого опыта; 3) в когнитивной психологии под памятью понимается способность живой системы фиксировать факт взаимодействия со средой, сохранять результаты этого взаимодействия в форме опыта и использовать его в поведении; 4) память можно рассматривать и как деятельность, имеющую свои цели, мотивы и способы действий. Эту деятельность называют мнемической (от греч. Мнемозина – богиня памяти и всех муз).

Мнемическая деятельность – это деятельность, направленная на запоминание и воспроизведение удержанного материала.

ФУНКЦИИ

Память выполняет две основные функции: отражательную и регулятивную.

1. Память отражает прошлое, создает его мнемический образ и тем самым позволяет сохранять и передавать не только опыт субъекта, но и опыт прошлых поколений.

2. Память является основой любой деятельности и поведения субъекта, поскольку включена во все уровни, формы и классы психики. Благодаря памяти человек способен накапливать информацию, не терять прежних знаний и навыков. Память лежит в основе развития и обучения. Без памяти человек превратился бы в живой автомат, способный реагировать лишь на стимулы, действующие в данный момент.

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ

С точки зрения рефлекторной теории И.П. Павлова в основе процессов памяти лежат ассоциации (по смежности, по сходству, по контрасту и др.), представляющие собой временную нервную связь.

Степень прочности образования связей обуславливается характером подкрепления (П.К. Анохин). Современная наука (в том числе генетика и молекулярная физиология) выдвигает ряд гипотез о механизмах памяти: 1) механизмом памяти являются самовозобновляющиеся биотоки в нервных клетках и другие модели; 2) механизм памяти связывают с важной ролью в образовании следов памяти нуклеиновых кислот (в частности, рибонуклеиновой кислоты – РНК), находящихся в белках нейронов. Показано также, что мозговая активность при кодировании (запоминании) и воспроизведении разная и что кратковременная и долговременная память реализуются разными мозговыми структурами.

В отечественной психологии при изучении механизмов памяти подчеркивается зависимость их от характера деятельности (П.П. Блонский).

ТЕОРИИ ПАМЯТИ

Одной из первых психологических теорий памяти была ***ассоциативная*** теория (Г. Эббингауз и др.). В основе этой теории лежит понятие ассоциации, то есть связи между отдельными психическими образованиями (по смежности, сходству, контрасту). Например, увидев птицу – можно вспомнить самолет, по лицу можно вспомнить всего человека и т.д. В рамках этой теории память понималась как единое целое образование, несмотря на множественность ее видов, так как они отличаются только прочностью ассоциаций. Поэтому эта трактовка памяти носит название **монистической.**

Другая трактовка памяти была разработана ***в психологии сознания*** (У. Джеймс).

Память здесь двойственная (первичная и вторичная). Первичная память состоит из впечатлений, непосредственно присутствующих в сознании, ее содержание быстро стирается (кратковременная). Содержание вторичной памяти – это наши постоянные знания (долговременная память). Эту трактовку называют **множественной.**

В настоящее время существуют теории, продолжающие ту и другую трактовки. Идея существования двух видов памяти широко используется в когнитивной психологии.

В гештальтпсихологии предметом изучения памяти стала целостная организация предметов и явлений – гештальт, а процессы памяти определяются формированием этого гештальта. Особенно подчеркивались значение структурирования материала, доведение его

до целого, организации материала в систему при запоминании и воспроизведении.

Взгляды ***бихевиористов*** на проблемы памяти отличались от ассоционизма лишь тем, что они подчеркивали значение подкрепления при запоминании материала.

Психоанализ вскрыл ряд законов, связанных с мотивацией и подсознательными процессами памяти. Установлено, что легче воспроизводятся события, имеющие положительную эмоциональную окраску, а негативные события быстрее забываются.

В начале XX в. возникает ***смысловая теория памяти*** (А. Бине, К. Бюлер и др.). Было доказано, что на первый план при запоминании и воспроизведении выдвигается смысловое содержание материала. Поэтому человек легче запоминает смысл материала, чем дословное его содержание.

Память являлась предметом изучения многих ***отечественных*** психологов: П.П. Блонский, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, П.И. Зинченко, А.А. Смирнов и др.

Развитие ***информационно-кибернетической*** теории памяти связано с развитием кибернетики, вычислительной техники и программирования. Эта теория позволяет моделировать на ЭВМ процессы памяти и более глубоко проникать в тайны человеческой памяти.

КЛАССИФИКАЦИЯ ВИДОВ ПАМЯТИ

1. По особенностям запоминаемого материала:

– моторная,
– эмоциональная,
– образная,
– словесно-логическая.

2. По продолжительности сохранения следов:

– мгновенная (иконическая),
– кратковременная,
– оперативная,
– долговременная.

3. По характеру активности:

– непроизвольная,
– произвольная.

4. По использованию вспомогательных средств:

– непосредственная,
– опосредованная.

5. По способу запоминания:

– механическая,

– логическая.

6. По происхождению:

– генетическая,

– приобретенная.

Память моторная (двигательная) – запоминание, сохранение и при необходимости воспроизведение различных движений, их координации и последовательности с достаточной точностью. Моторная память в значительной мере является автоматизированной. Эта память особенно необходима танцорам, спортсменам, хирургам, а также всем людям в процессе обучения движениям.

Память эмоциональная – память на переживания, эмоции и чувства.

Память образная – память на различные сенсорно-перцептивные образы (зрительные, слуховые, тактильные, вкусовые, обонятельные).

Память зрительная – сохранение и воспроизведение зрительных образов. Может быть наиболее выраженной по сравнению с другими видами памяти.

Память слуховая – это запоминание и точное воспроизведение разнообразных слуховых образов (звуков, музыки, шумов, и т.п.).

Память генетическая – память, обусловленная генотипом, передаваемая из поколения в поколение. Это память на биологические события, происходившие в течение веков эволюции биологического вида. Память здесь используется в метафорическом смысле для обозначения генетически закодированной склонности к определенным видам поведения и образцам действия, которые являются рудиментами эволюционно важных изменений вида. Страх падения и рефлекторные реакции на падающие предметы являются примерами, отражающими эволюционную адаптивную реакцию, которая должна быть у любого успешно развивающегося вида приматов с высоким коэффициентом массы тела по отношению к поверхности. Генетическую память часто называют биологической памятью.

Память словесно-логическая – запоминание и воспроизведение мыслей. Оно построено на причинно-следственной связи между запоминаемыми элементами.

Память мгновенная (иконическая) – удержание точной и полной картины только что воспринятого органами чувств, без какой бы то

ни было переработки полученной информации. Ее длительность от 0,1 до 0,5 секунды. За это время мозг решает, нужна ли эта информация и передавать ли ее в кратковременную память. Эту память еще называют сенсорной, следовой.

Память кратковременная – память, рассчитанная на хранение информации в течение небольшого промежутка времени, от нескольких до десятков секунд (примерно 20 сек.), до тех пор пока содержащаяся в ней информация не будет использована или переведена в долговременную память. Сюда поступает информация, которая получила минимальную обработку или интерпретацию, и поэтому она ограничена в объеме, она способна вмещать около семи «единиц» (хотя, если интерпретация материала была достаточно полной, эти единицы могут содержать много информации (7+2 единицы). Если информация большего объема, то мозг почти бессознательно группирует ее в блоки и сохраняет их не более 9. При чрезмерно большом объеме информации некоторая ее часть не попадает в долговременную. Считается, что материал удерживается в кратковременной памяти посредством повторения, и, если такое повторение будет прервано, материал имеет период полураспада, возможно не более 10 или 15 секунд.

Память оперативная – вид памяти, рассчитанный на сохранение информации в течение определенного времени, необходимого для выполнения некоторого действия или операции. Это своего рода «рабочая смесь» долговременной и кратковременной памяти. Так, при умножении чисел, например 15 и 23

$$\begin{array}{r} 45 \\ \underline{23} \\ 135 \\ \underline{90} \\ 1035 \end{array}$$

мы умножаем 5 на 3, получаем 15 и при этом 5 пишем, а 1 запоминаем. Эта единица сохраняется до тех пор (доли секунды), пока не прибавим ее к произведению (1x3) и получим 13.

Номер телефона ремонтной фирмы мы будем помнить до тех пор, пока не дозвонимся. Таким образом, оперативная память удерживает информацию до окончания действия, длительность которого может быть различным.

Память долговременная – память, которая удерживает информацию длительное время. Эта память рассчитана не только на длительное хранение, но и на многократное воспроизведение при условии ее сохранения. Для сохранения в долговременной памяти материал обычно хорошо обработан и интегрирован в общие знания, хранящиеся в памяти человека. Долговременная память не ограничена ни по времени хранения, ни по объему. Долговременная память функ-

ционирует в двух видах: с сознательным доступом и закрытая (информацию можно извлечь из памяти только специальными методами, например под гипнозом).

Однако в науке такое восстановление еще вызывает сомнения.

Память непроизвольная – запоминание и сохранение, которое происходит автоматически и без особых усилий со стороны человека, без постановки им перед собой специальной мнемической задачи (на запоминание, узнавание, сохранение или воспроизведение). Запоминаемый материал фиксируется в памяти вне участия произвольного внимания.

Память произвольная – запоминание и сохранение с постановкой специальной мнемической задачи (цели) и где сам процесс запоминания или воспроизведения требует волевых усилий. Процесс запоминания осуществляется целенаправленно, при участии активного внимания.

Память непосредственная (натуральная) – память без использования средств. Этот вид памяти свойствен и человеку, и животным. Развитую форму этого вида памяти называют эйдетической.

Память эйдетическая (греч. eidos – вид, образ) – способность удерживать образы виденных предметов достаточно длительное время исключительно ярко и четко. Эйдетики продолжают «видеть» представление визуального стимула некоторое время после того, как он удален. Эйдетизм чаще наблюдается у детей и подростков, чем у взрослых (1 из 100 – у детей, 1 из 1000 и даже из 1000 000 000 – у взрослых). Нередко встречается у художников и у примитивных народов.

Память опосредованная – память с использованием средств (слов, знаков, движений, предметов и т.д.). Изучалась в отечественной психологии Л.С. Выготским, А.Р. Лурия, А.Н. Леонтьевым.

Память механическая – это запоминание без осознания логической связи между различными частями воспринимаемого материала. Оно происходит исключительно благодаря повторению, лишенному осознания смысла материала или других операций, подобно организации, логическому выводу или использованию мнемоники и т.д.

Память логическая – запоминание, основанное на понимании внутренних логических связей между отдельными частями материала. Исследования видного отечественного психолога А.А. Смирнова показали, что логическая память во много раз продуктивнее механической.

Память «вечная», или третичная, – способность воспроизводить когда-то запечатленную информацию, которая сохраняется на протяжении всей оставшейся жизни.

СВОЙСТВА И ЗАКОНОМЕРНОСТИ

Процессы памяти

Память существует в четырех взаимосвязанных процессах: запоминание, сохранение, забывание, воспроизведение.

Запоминание – это процесс запечатления воспринятой информации с целью последующего ее сохранения. Качество запоминания зависит от многих факторов: от особенностей запоминаемого материала (его объема, логичности, интересности и др.), характера деятельности с этим материалом (от смысловой обработки, навыков и умений деятельности и др.) и особенностей личности запоминающего (мотивов, установок, характера и др.). Экспериментально установлено, что лучше запоминаются края ряда, нежели середина («Закон края»). В исследованиях Б.В. Зейгарник показано, что лучше запоминаются незавершенные действия (см. Эффект Зейгарник).

Сохранение – процесс удержания и переработки информации, консервация.

Не все, что прошло этап запоминания, хранится. Для сохранения информации в долговременной памяти нужна организация материала, укладка (классификация, удобное пространственное расположение, ассоциативные связи и пр.). Полезно использовать различные таблицы и схемы. В процессе укладки целесообразно припоминание. Лучше уложишь – больше сохранишь. Сохраняется гораздо больше, чем осознается. Информация сохраняется вместе с той ситуацией, в которой кодировалась (запоминалась). Объем сохраняемой информации велик (10 бит информации, для сравнения – таблица умножения составляет 1,5 бита). Объем человеческой памяти выше объема памяти современных ЭВМ на несколько порядков, но воспроизвести его можно только в специальных условиях. Обычно человек использует лишь 10% этого объема.

Забывание – процесс, заключающийся в невозможности воспроизведения ранее запечатленной информации. Этот процесс выполняет защитную функцию, дает памяти отдых. Забывание происходит по «закону гиперболы» (Г. Эббингауз): чем больше времени с начала запоминания, тем меньше забывается.

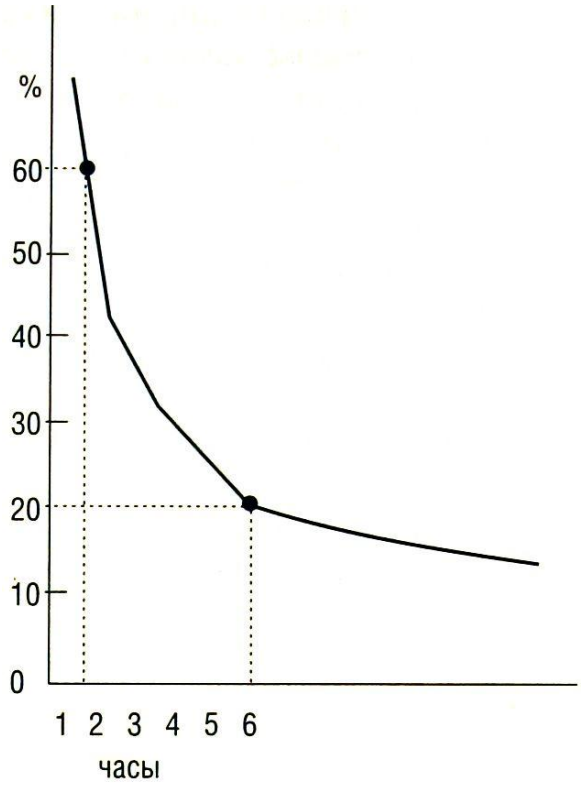


Рис. 27. Кривая забывания Эббингауза

Забывается обычно то, что не нужно, не значимо, и часть нужной информации.

На качество запоминания влияют различные факторы: модальность, осмысленность, привычность материала, функциональное и эмоциональное состояние человека (шок, стресс), информация до и после запоминания (см. Проактивное и ретроактивное торможение). З. Фрейд показал, что травмирующие события забываются человеком как защитный акт. Он утверждал, что в основе этого факта лежит мотив нежелания помнить.

Интерференция – мешать, помеха, тормоз.

Ретро – составная часть слова, обозначающая позади во времени или в пространстве.

Проактивное торможение (интерференция) – забывание новой информации под влиянием старой (ранее заученной). Если вам меняют номер телефона, то старый номер мешает вам запомнить новый.

Ретроактивное торможение (интерференция) – забывание старой информации из-за поступающей новой. Например, запоминание учителем фамилий новых учеников мешает вспомнить фамилии старых.

Воспроизведение – процесс извлечения информации, хранящейся в памяти. В процессе воспроизведения происходит восстановление первоначальной информации, основанное только на частичном припоминании основного материала, путем реконструкции прошлого опыта. Для извлечения информации из кратковременной памяти мозг перебирает всю кратковременную память, пока не найдется нужная. Это происходит доли секунды. Для извлечения информации из долговременной памяти необходимо найти «ключ» к кодированию (песня, запись, место и т.д.). Извлечение информации может быть на разных уровнях:

– узнавание (при повторном восприятии). Знакомые объекты узнаются быстрее;

– воспоминание (при отсутствии объекта);

– припоминание (активная форма воспроизведения, требующая усилий).

Воспроизведение имеет ряд особенностей: осуществляется на основе той информационной структуры, в которой запоминалось. Поэтому преподаватель сразу определяет, по какому учебнику студент готовился к экзаменам; воспроизводится меньше, чем сохраняется (наводящий вопрос преподавателя может помочь студенту вспомнить нужную информацию; воспроизведение субъективно. Поэтому студенту кажется, что он материал правильно запомнил, а на самом деле он ошибается; воспроизведение улучшается на 2–3-й день (см. Реминисценция); воспроизведение может быть очень точным (см. Эйдетизм).

Узнавание – сознание того, что воспринимаемые в данный момент предмет или явление воспринимались в прошлом. Узнавание базируется на сопоставлении образа объекта, полученного в результате процесса его восприятия, опознания, со следами, сохраняющимися в памяти. Узнавание оказывается нарушенным при ряде патопсихологических феноменов – ложные опознания, «уже виденное», «никогда не виденное» и др.

Реминисценция – отсроченное воспроизведение ранее воспринятого, казавшегося забытым.

Представление – наглядный образ предмета представления, возникший на основе припоминания или же продуктивного воображения на основе имевших место ощущений и восприятия.

Закономерности

Памяти объем – это важнейшая интегральная характеристика памяти, которая характеризует возможности запоминания и сохране-

ния информации. Объем памяти – это число единиц, немедленно воспроизводимых после предъявления.

Эффект Б.В. Зейгарник (1927) – лучшее воспроизведение в памяти незавершенных действий по сравнению с завершенными. Свидетельствует о роли личностно-мотивационного компонента в структуре мнемической деятельности.

При получении задания у человека появляется потребность (квазипотребность по К. Леви) выполнить его. Эта потребность в процессе выполнения задания усиливается. Эффект лучшего воспроизведения незавершенных действий не обнаруживается у больных с выраженными эмоционально-волевыми изменениями.

Эффект генерации – люди лучше запоминают то, что делают и придумывают. Собственные идеи сохраняются в сознании без усилий, непроизвольно.

Приемы улучшения памяти

В психологии изучены многообразные приемы улучшения памяти. Все известные приемы запоминания можно свести к шести.

1. Управление вниманием. Поскольку возможности кратковременной памяти ограничены временем и объемом, то важно научиться концентрировать внимание на нужной информации и выделять в ней только существенное.

2. Структурирование информации. Это сортировка материала, логическая обработка (выделение существенного и второстепенного, идей и фактов), структурирование и переструктурирование текстов, составление планов, тезисов, кодирование и составление классификаций.

3. Рациональное повторение. Использование метода опорных слов, ОВОД (О – основные мысли, В – внимательное чтение, О – обзор, Д – доводка), распределенного во времени повторения и пр.

4. Использование семантических приемов. Это использование ассоциаций, «окрахимов» (сокращения типа ТАТ, КОТ и т.д.), связывание многих предметов с числами, нотами и т.д. Целесообразно использовать «метод мест», то есть запоминание информации вместе с местом запоминания (метод Цицерона).

5. Целенаправленное воображение.

6. Мнемотехника.

Мнемотехника (мнемоника – греч. mnemonika – искусство запоминания). Система приемов, которые способствуют лучшему запо-

минанию информации и позволяют увеличить объем информации, запоминаемой с первого предъявления.

Мнемоника впервые была разработана древнеримскими и древнегреческими ораторами, профессия которых предполагала огромные нагрузки на память.

РАЗВИТИЕ

Развитие памяти начинается в первые месяцы жизни ребенка и проявляется в условных рефлексах (прекращение плача, когда в комнату входит мама). К полугоду ребенок начинает узнавать предметы. Затем увеличивается и круг узнаваемых предметов, и длительность сохранения образов памяти. Значительно позже появляется воспроизведение. Развитие памяти идет от непроизвольной к произвольной, от механической к логической, от непосредственной к опосредованной. Огромное значение в развитии памяти играет обучение и воспитание, так как само по себе развитие памяти не происходит. Развитие памяти тесно связано с овладением человеком приемами умственной деятельности и рациональными способами запоминания.

Выделяют (Г. Эббингауз) три фазы онтогенеза памяти: 1) прогресс – до 25 лет; 2) стабилизация – 25–50 лет; 3) инволюция и регресс – с 50 лет. Развитие памяти идет не равномерно, скачкообразно. Критические периоды – 2–5 лет и 11–13 лет.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

Индивидуальные различия памяти – это различия: 1) в продуктивности заучивания, то есть в скорости, прочности, точности и объему запоминания. И здесь наблюдается широкое разнообразие. Самый высокий уровень продуктивности памяти – эйдетизм (см. Эйдетизм, Память феноменальная); 2) по преобладающему типу памяти: зрительная, слуховая, двигательная и комбинированная. Чистые типы встречаются редко. Тип памяти зависит не только от природных особенностей человека, но и от его опыта, воспитания и обучения.

Память феноменальная – способность к воспроизведению огромного (может быть, неограниченного) объема информации. Существуют легенды об уникальных возможностях памяти Юлия Цезаря, Наполеона, Моцарта, математика Гаусса, шахматиста Алехина и т.д. Выдающимися мнемическими способностями обладал С.Д. Шершевский, о котором написал А.Р. Лурия в книге «Маленькая книжка о большой памяти». У Шершевского отсутствовали ограничения в объеме запоминания и во времени хранения. Например, он с пер-

вого предъявления запомнил длинную строфу «Божественной комедии» Данте на незнакомом ему итальянском языке, которую легко повторил при неожиданной проверке... через 15 лет.

НАРУШЕНИЯ

Амнезия – нарушение памяти, возникающее при различных локальных поражениях мозга; охватывает периоды от нескольких минут до нескольких лет.

Выделяют также формы функционального нарушения памяти: амнезия постгипнотическая и амнезия защитная.

Памяти нарушения – различного рода амнезии (расстройства памяти в виде нарушения способности запоминать, хранить и воспроизводить информацию) и парамезии (обманы памяти, нарушение хронологии, «присвоение» чужих мыслей и действий себе).

МЕТОДЫ ИЗУЧЕНИЯ

Экспериментальное

В качестве примера исследовательского метода приведем пример исследования непроизвольного **запоминания В.П. Зинченко**.

Цель исследования – установить зависимость непроизвольного запоминания от особенностей деятельности.

Испытуемые – старшие дошкольники.

Оборудование –15 карточек с изображением знакомых предметов. В правом верхнем углу каждой карточки были написаны числа в случайном порядке (1, 7, 11, 56, 23, 8...).

Процедура: **1-я серия.** Дети должны разложить карточки на 4 группы: кухня, детская комната, сад, двор. После выполнения задания детей просили воспроизвести картинки и числа. Лучше запомнили картинки. **2-я серия**. Другие 15 картинок (с числами в углу) просили разложить в планшете по степени возрастания чисел. Лучше воспроизвели числа.

Результат: лучше запоминается то, что связано с целью деятельности. **Непроизвольное запоминание зависит от цели деятельности.**

Диагностическое

Диагностика памяти осуществляется многочисленными тестами и методиками, которые можно найти в сборниках диагностических методик. Наиболее часто используются методики: 10 слов, Пиктограмма, методика напряжения памяти, методика изучения объема памяти, методика изучения преобладающего типа памяти и др.

ПОНЯТИЕ

Мышление – психический процесс обобщенного и опосредованного отражения действительности. В отличие от непосредственного отражения в ощущениях и восприятии мышление опосредовано системой различных знаков, выработанных человечеством. Средством опосредования и обобщения является **язык.**

Язык – это система условных символов, относительно независимых от индивида, с помощью которой передаются сочетания звуков, имеющих для людей определенное значение и смысл. Язык можно понимать как систему, в которой кодировано восприятие мира, как культуру данного народа. Речевой язык (естественный – русский, английский и пр.) – это средство общения и интеллектуальной деятельности человека.

Язык – это система знаков естественного (речевого) языка и научных языков (математический, химический, компьютерный и т.д.), языка дорожных знаков и пр. Различные системы знаков фиксируют информацию и хранят ее в сокращенной компактной форме для дальнейшего использования. Проблема использования различных языков всегда интересовала ученых. Это выразилось в том, что появилась отрасль науки – семиотика (наука о знаках), а вслед за ней – и психосемиотика (наука об употреблении знаков человеком). Одним из создателей психосемиотики в отечественной психологии можно назвать доктора психологических наук, профессора **Михаила Викторовича Гамезо**.

Единицей языка является **слово**, предметное содержание которого называют **значением** слова. В значении слова выражается исторический опыт всего человечества. Слово может иметь несколько значений. Подходящее по контексту значение слова – его **смысл.** Например, слово «корень» имеет несколько значений: корень растения, зуба, слова и т.д. Смысл же слова устанавливается по контексту, идет ли речь о растениях, зубах или составе слова и т.д.

Единица мысли – это значение слова, его смысл. Находить значения и смыслы слов человек научается в процессе жизни в общении, обучении и воспитании. Слова и мысли взаимосвязаны. Чем глубже мысль, тем точнее слово.

Речь – это процесс пользования естественным языком.

Мышление – процесс познания, который связан с открытием субъективно нового знания, решением задач, с творческим преобразованием действительности. Поэтому в психологии мышление рассматривается и изучается как психический процесс и как процесс решения задач. Мышление включено во все виды деятельности человека (труд, познание, общение, игру) и связано со всеми личностными особенностями человека (мотивацией, эмоциями, волей, способностями и пр.). Мышление считается высшим познавательным процессом.

Мышление как психический процесс совершается в умственных (мыслительных) действиях и операциях.

Умственные действия – это разнообразные действия человека, выполняемые во внутреннем плане сознания, это действия с образами, представлениями и понятиями. Например, действие доказательства, подведение под понятие, классификации и пр. (Н.Ф. Талызина). Умственное действие всегда осознанно, так как осознается его цель. Экспериментально установлено также, что в умственные действия обязательно включены моторные, двигательные компоненты.

Умственные действия состоят из простейших мыслительных операций. Известно конечное число таких операций: анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстракция и конкретизация. Ведущими являются анализ и синтез. В процессе умственной деятельности мыслительные операции протекают неосознанно, хотя при желании человек может их осознавать.

Мыслительные операции

Анализ – мыслительная операция разделения предметов и явлений на части.

Например, чтобы решить любую задачу, надо сначала мысленно разделить ее на две части: что известно и что надо узнать. Изучая растение, мы мысленно выделяем в нем части: корень, ствол, листья и т.д.

Синтез – мыслительная операция объединения частей или свойств предмета в единое целое. Например, когда мы говорим «яблоко», то это слово объединяет все его признаки: фрукт, круглый, определенного цвета, запаха, вкуса и пр.

Сравнение – мыслительная операция сопоставления предметов и явлений между собой, нахождения сходства и различий между ними. Сравнивать объекты следует по одному основанию. Например, сравним ощущение и восприятие. Различия: ощущение – процесс отра-

жения ***отдельных свойств*** предметов и явлений окружающего мира, а восприятие – отражение ***предметов и явлений в целом***; сходство: оба психические процессы отражения и действуют в момент воздействия раздражителя на органы чувств.

Обобщение – мыслительная операция объединения предметов и явлений в группы по их общим и существенным признакам. Например, ощущения, восприятия, память, внимание, мышление, речь, воображение можно объединить в группу познавательных процессов по их существенному признаку: все они служат для познания окружающего мира.

Абстракция (отвлечение) – мыслительная операция, основанная на выделении существенных свойств и связей предмета и одновременном отвлечении от несущественных. Это выделение какой-либо стороны или аспекта явления, которые в действительности как самостоятельные не существуют. Например, когда мы говорим, что пианино, скрипка и флейта – музыкальные инструменты, мы отвлекаемся, абстрагируемся от того, что все они имеют разную форму и размеры (как бы забываем об этом на время).

Конкретизация – мыслительная операция, противоположная абстракции. Это представление чего-либо единичного, что соответствует тому или иному понятию или общему положению. Например, конкретизировать понятие «психика» – значит назвать конкретный пример психики, положим, мышление, или способности, или мотивы и т.д.

Формы мышления

Мышление функционирует и фиксируется в различных формах: предметно-действенной, наглядно-образной и словесно-логической. Словесно-логическое мышление, в свою очередь, выражается в понятиях, суждениях и умозаключениях.

Мышление предметно-действенное (наглядно-действенное) – форма мышления, опирающаяся на непосредственное восприятие предметов и действия с ними. В этом мышлении субъект выполняет мыслительные операции (анализ, синтез, сравнение и др.) в действии, работают руки и глаза. Такое мышление типично для дошкольного возраста (собирает и разбирает пирамидку, машинку). «Поле зрения» ребенка совпадает с полем его действий. Это наиболее элементарная форма мышления, возникающая и использующаяся взрослым человеком в практической деятельности. Предметно-действенное мышление является основой формирования более сложных форм мышления.

Мышление наглядно-образное – форма мышления, которая осуществляется непосредственно при восприятии окружающей действительности и без этого осуществляться не может. В этом процессе человек привязан к действительности, а необходимые для мышления образы он черпает из кратковременной и оперативной памяти. Данная форма мышления доминирует у детей дошкольного и младшего школьного возраста.

Мышление словесно-логическое (понятийное) – это мышление с опорой на понятия, которые отражают общее, сущность предметов и выражаются в словах, предложениях или других знаках. В этой форме мышления человек использует понятия, суждения и умозаключения, из которых строятся различные рассуждения.

Понятие – форма мышления, в которой отражаются общие и существенные свойства ряда однородных предметов или явлений. Понятие выражается в значении слова и не является наглядным. В них люди фиксируют результаты опыта и познания. Понятия (житейские и научные) усваиваются в процессе жизни, в процессах обучения и воспитания. Например: ложка, психика и др.

Суждение – форма мышления, отражающая связи между предметами и явлениями. Суждения – результат опыта многих поколений, а не практического опыта индивида. Это позволяет получать суждения логическим путем. Суждения разнообразны (общие и частные, истинные и ложные).

Например: общее суждение – «Все студенты учатся»;

частное – «Студент И. опоздал на лекцию»;

истинное –«Завтра будет новый день»,

ложное – «Лучше запоминается середина ряда».

Суждения приобретаются и усваиваются в процессе умственного развития, а не присущи человеку от рождения.

Умозаключение – форма мышления, представляющая собой формирование новых суждений на основе имеющихся. Это связь двух суждений, из которых одно – условие (посылка), а другое – заключение (следствие). Умозаключение позволяет решать проблемы, не имея непосредственной чувственной информации. Например: «Если идет снег, значит, холодно».

Рассуждение – ряд суждений, направленных на установление выводов (следствий) из известных положений (посылок). Рассуждения могут быть двух видов: индуктивные и дедуктивные.

Рассуждение индуктивное (индукция) – это такое рассуждение, при котором на основе ряда частных суждений (посылок) можно получить общее суждение (вывод).

Рассуждение (дедукция) – это распространение общего положения на частные случаи

Мышление как процесс решения задач. В современной когнитивной психологии обычно выделяют два этапа в процессе мышления: этап создания модели проблемной ситуации и этап оперирования с этой моделью, поиск решения в проблемном пространстве. При построении модели проблемной ситуации участвуют структуры и схемы знания из долговременной памяти и используются для создания новой модели. Поиск решения в проблемном пространстве идет не по принципу выбора альтернатив, а на основе строго определенного, непрерывного прогнозирования искомого. Наиболее осмысленные варианты, позволяющие отбирать наиболее удачные способы решения, называют «эвристиками». Процесс решения задач (на примере шахматных) был представлен лауреатом Нобелевской премии психологом Г. Саймоном (1960 г.).

В отечественной психологии мышление как процесс решения задач изучался рядом ученых: Я.А. Пономаревым, А.В. Брушлинским и др.

ФУНКЦИИ МЫШЛЕНИЯ

Мышление выполняет сложную регулятивную функцию в психике человека, которая включает: 1) понимание – раскрытие сущности предметов и явлений, их предназначение, а также связи между ними; 2) решение проблем, задач; 3) целеобразование – порождение новых целей, программ поведения и деятельности; 4) рефлексию – осознание субъектом своих внутренних действий.

Понимание – это (в общепринятом смысле) своеобразный результат мыслительной деятельности. Чаще всего понимание выражается в раскрытии причин возникновения явления, а также в нахождении следствий, к которым оно ведет.

Рефлексия (лат. reflexio – отражение)– обращенность познания человека на самого себя, на свой внутренний мир, психические качества и состояния.

МЕХАНИЗМЫ МЫШЛЕНИЯ

Функционирование мышления связано со сложной аналитико-синтетической деятельностью мозга. Современные исследования мышления при решении испытуемыми различных задач показали, что в этом процессе участвуют различные корковые структуры мозга, которые в процессе мышления образуют различные связи. Ос-

новным признаком организации корковых связей является их конвергенция (стремление к соединению) к определенным центрам – фокусам взаимодействия. В фокусе информация, принесенная от каждой из связей, сопоставляется с информацией из долговременной памяти и сигналами, приходящими из мотивационных центров, и перекодируется определенным образом (информационный синтез). На основе происходящего в фокусе сопоставления и достигается конечная цель мыслительного процесса в виде нахождения решения. Субъективно все это переживается как процесс думания и нахождение ответа.

Конвергенция (в нейропсихологии) – соединение нескольких нервных отростков одного нейрона, нервного пути или нервного центра.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТЕОРИИ МЫШЛЕНИЯ

Мышление – один из сложных познавательных процессов, изучение которого породило множество различных теорий (см. табл. 3).

КЛАССИФИКАЦИЯ ВИДОВ МЫШЛЕНИЯ

В науке известны многочисленные виды мышления. Единой классификации не существует. Представим классификацию наиболее часто встречающихся видов:

1) по характеру решаемых задач – теоретическое и практическое;

2) по степени развернутости и осознанности – дискурсивное и интуитивное;

3) по степени новизны и оригинальности – репродуктивное и продуктивное (творческое);

4) по числу участников – индивидуальное и коллективное мышление.

Таблица 3

Основные теории мышления

№	Название теории	Представители	Сущность
1	Ассоциативная	Гартли, Пристли и др.	М. – это связь (ассоциации) идей.
2	Бихевиаризм	Дж. Уотсон	М. – процесс формирования навыков и умений, связанных с решением задач.

№	Название теории	Представители	Сущность
3	Вюрцбурская	К. Бюлер и др.	М. – акт внутреннего действия, в отрыве от языка
4	Функциональная	О. Зельц	М. – функционирование интеллектуальных операций, процесс, имеющий этапы и операции
5	Гештальтпсихология	М. Вертгеймер, К. Коффка	М. – внезапное понимание сути проблемной ситуации, решающий фактор при решении – организация условий задачи
6	Психоаналитическая	З. Фрейд	М. – связывали с бессознательной мотивацией и считали защитным механизмом
7	Деятельностная	С.Я. Рубинштейн А.Н. Леонтьев П.Я. Гальперин А.В. Брушлинский	М. – особый вид познавательной деятельности М. – производно от культуры общества, языка, мыслительные действия производны от внешних и имеют то же строение М. – процесс решения задач, проблем
8	Генетическая	Ж. Пиаже	М. – прижизненное образование, приобретается в специальных условиях стадийно
9	Информационно-кибернетическая	Г. Саймон и др.	М. – аналог машинного мышления

Мышление теоретическое – вид мышления, направленный в основном на нахождение общих закономерностей. Это мышление ученых, оно меньше связано с практикой. Теоретическое мышление использует преимущественно понятийную и образную формы мышления. Теоретическое образное мышление использует для решения задач не понятия, суждения или умозаключения, а различные образы.

Теоретическое понятийное мышление обращается к понятиям, выполняет действия в уме, непосредственно не имея дела с опытом, получаемым при помощи органов чувств.

Мышление практическое – вид мышления, направленный на решение практических задач. Оно направлено на проверку гипотез,

решение практических проблем на основе практического опыта (здесь и теперь). Это мышление обычно осуществляется при дефиците времени и при ограниченной возможности проверки. Используются в этом виде мышления чаще наглядно-действенная и наглядно-образная формы.

Мышление дискурсивное – аналитическое, развернутое во времени, поэтапное и значительно осознанное.

Мышление интуитивное – вид мышления, характеризующийся свернутостью, одномоментностью, протеканием без этапов. Это особая форма бессознательной деятельности мозга. Я.А. Пономарев показал, что в мыслительной деятельности осознается цель деятельности, а побочные действия не осознаются и протекают в форме интуиции.

Интуиция – способность находить быстро верное решение задачи и ориентироваться в сложных жизненных ситуациях, а также предвидеть ход событий.

Мышление репродуктивное – вид мышления, который выражается в способности воспроизводить способы решения задач после обучения или по образцу.

Мышление творческое (продуктивное) – вид мышления, связанный с созданием или открытием чего-либо нового. Это способность решать нестандартные задачи, проблемы, находить новые способы мышления (эвристики).

В психологии используется и другой термин для обозначения творческого мышления – креативность.

Креативность (от англ. to create – творить, создавать) – творческость. Креативность отлична от интеллекта и является сложным интегральным явлением (А.М. Матюшкин, Я.П. Пономарев). Один из первых исследователей творческого мышления (креативности) Дж. Гилфорд выделил четыре его особенности:

1) оригинальность, необычность идей;

2) семантическая гибкость – способность видеть объект под разными углами зрения;

3) образная гибкость – способность изменять восприятие объекта, чтобы увидеть скрытые его стороны;

4) способность использовать разные идеи в неопределенной ситуации.

К особенностям творческого мышления относят и характеристики личности (К. Тейлор, К. Кокс, А.М. Матюшкин и др.): толерантность к неопределенности; готовность к преодолению препятствий;

внутреннюю мотивацию; умеренную готовность к риску; стремление к признанию и др.

Творческое мышление формируется в детстве на основе задатков в процессе решения творческих задач. Креативность отличается оригинальностью, то есть необычностью и новизной идей.

Мышление индивидуальное – мышление отдельного индивида.

Мышление коллективное – мышление группы людей при решении проблем и задач. Опыт решения сложных мыслительных задач показал, что при современном уровне цивилизации,вероятность появления многогранных гениев ранга Леонардо да Винчи, равна нулю. Отсюда актуальной становится задача развития коллективного мышления. В настоящее время научным сообществом уже осознана мысль, что социальное взаимодействие и развитие мышления являются взаимосвязанными процессами (В.В. Рубцов). В ходе совместного решения задач возникают различного рода феномены: выдвигаются и сменяются лидеры; возникают кооперации, индивидуализм по отношению к прогнозам; происходит повторный анализ собственного мышления участниками; принятие или неприятие позиции партнера; доминируют субъектно-объектные отношения; иначе решение затрудняется.

В практической психологии давно разработаны различные формы группового решения проблем: групповая дискуссия, мозговой штурм, синектика.

Мозговой штурм – впервые использовался А. Осборном. Участвуют две группы: 1-я группа – 7–10 человек специалистов среднего уровня из разных областей знания, 2-я группа генерации – ведущие специалисты в данной области знания. Сначала работает первая группа в условиях физического комфорта (удобное помещение) и социального (запрет на критику, полное равенство). Им объявляется проблема. Участники «набрасывают» гипотезы (возможны и самые невероятные). Все гипотезы тут же записываются на магнитофон. На этом их роль заканчивается. Затем вступает вторая группа. Участники прослушивают все гипотезы и «вычерпывают» подходящие. Так в США за 300 заседаний было выдвинуто более 15 тысяч идей, из них 1,5 тысячи – реализовано.

Синектика – технология совместного решения задач, проблем (У. Гордон). Начало синектике положил мозговой штурм. Синектика – это метод диалога (сократовская маевка).

Здесь используются определенные принципы:

1) свободный обмен мнениями (все равноправны);

2) возбуждение самосознания посредством целевых вопросов;

3) шутка как способ активизации мышления.

Процесс совместного решения обычно проходит четыре этапа:

1) подумайте, как решить задачу, похожую на эту;

2) попробуйте войти в образ объекта, рассуждайте с его точки зрения;

3) дайте в двух словах определение сути задачи;

4) подумайте, как решил бы эту задачу сказочный волшебник.

В практической психологии используются специфические виды мышления.

Мышление реалистическое – мышление, направленное на внешний мир, регулируемое логическими законами.

Мышление аутическое – мышление, связанное с реализацией желаний, желаемое выдается за действительное.

Аутизм – нарушение нормального хода мышления под влиянием болезни, психотропных или иных средств. Уход человека от реальности в мир фантазий и грез. В наиболее яркой форме обнаруживается у детей дошкольного возраста и у больных шизофренией. Термин введен врачом-психиатром Е. Блейлером.

Мышление саногенное – основанное на философии обыденной жизни (Ю.М. Орлов)

Мышление патогенное – ошибочное, используется в психотерапии (Ю.М. Орлов).

РАЗВИТИЕ МЫШЛЕНИЯ

В современной науке существуют различные подходы к пониманию онтогенезе развития мышления. Наиболее известны две концепции – Ж. Пиаже и П.Я. Гальперина. В операциональной теории Пиаже выделяет четыре стадии развития мышления:

1) сенсомоторного интеллекта (1–2 года). Стадия развития способности воспринимать предметы реального мира, окружающие ребенка, познавать и осмысливать их свойства и признаки. К концу стадии ребенок начинает выделять себя из окружающего мира и познавать себя;

2) операционального мышления (2–7 лет). Здесь происходит развитие речи и наглядных представлений. В этой стадии появляется ряд особенностей мышления: ошибочные классификации предметов по случайным и второстепенным признакам, трудности принятия позиции другого человека (эгоцентризм) и др.

Эгоцентризм (лат. ego и centrum – центр круга) – черта личности, проявляющаяся в преувеличенном подчеркивании своего «Я», край-

нем эгоизме, неспособность индивида изменить свою позицию по отношению к чужому мнению, встать на чужую точку зрения даже перед лицом противоречащей его мнению информации. Эта черта свойственна детям на определенном этапе развития мышления (2–7 лет);

3) конкретных операций (7–8 – 11–12 лет). Умственные операции становятся обратимыми. Дети теперь могут логически объяснять свои действия и суждения, переходить с одной точки зрения на другую, интуитивно понимать основные логические законы (если: А = В и В=С, то А=С; и А + В = В + А). Здесь появляется способность объединять предметы в классы и выделять подклассы, а также способности ранжировать предметы по какому-либо измеряемому признаку (сериация).

Сериация – объединение объектов в ряд в последовательном порядке.

4) формальных операций (11–12 – 14–15 лет). Формируются способности выполнять операции в уме, рассуждать.

В основе идей П.Я. Гальперина лежит мысль о генетической связи интеллектуальных операций с практическими, предметными действиями. Он теоретически и экспериментально показал, что мышление формируется поэтапно, в процессе превращения внешнего действия во внутреннее. Интериоризация включает пять этапов:

1-й этап – формирование ориентировочной основы будущего действия;

2-й этап – предметного действия;

3-й этап – перенос действия из внешнего плана во внутренний с помощью внешней речи;

4-й этап – отказ от внешней речи и освоение действий при опоре на внутреннюю речь;

5-й этап – действия во внутреннем плане.

Каждое действие в ходе прохождения этапов преобразуется качественно, изменяются мера обобщенности, полнота операций, мера освоенности, уровень выполнения.

НАРУШЕНИЯ

Б.В. Зейгарник делит все нарушения мышления на четыре группы: 1) нарушение операционной стороны мышления (снижение уровня обобщения – оперирование общими признаками заменяется конкретными и пр.); 2) нарушение личностного компонента мышления (снижение критичности, целенаправленности и др.); 3) наруше-

ние динамики мыслительного процесса (лабильность и инертность мышления); 4) нарушение саморегуляции познавательной деятельности (невозможность организации мышления).

Клинические исследования указывают на большое разнообразие патологических нарушений мышления (см. Аутизм).

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

Индивидуальные особенности мышления выделены З.И. Калмыковой.

Быстрота – скорость принятия решения и решения задачи.

Гибкость – умение находить пути решения задачи, видеть объект под новым углом зрения, его новые, скрытые стороны (свойства).

Глубина – способность анализировать, сравнивать, находить существенное

Доказательность – умение обоснованно, аргументированно мыслить, вскрывая причины явлений, объяснять их с научной точки зрения.

Критичность – объективная оценка других и себя.

Логичность – умение соблюдать логический порядок в рассмотрении вопроса, логическую обоснованность рассуждений, строгую логику мышления.

Пытливость (любознательность) – потребность всегда искать наилучшее решение.

Самостоятельность – умение использовать общественный опыт, независимость от мнения других. явлениями и выражающаяся в предложениях, в которых что-либо утверждается или отрицается.

В зависимости от преобладающей функции левого или правого полушария люди делятся на два типа:

тип интуитивный – характеризуется преобладанием эмоций над логикой и доминированием правого полушария головного мозга над левым.

тип мыслительный – ему свойственны рациональность и преобладание левого полушария мозга над правым, примат логики над интуицией и чувством.

МЕТОДЫ ИЗУЧЕНИЕ

Экспериментальные

Фрагмент эксперимента Ж. Пиаже.

Цель. Определить сохранность дискретных величин у детей.

Испытуемые. Дети 7–8 лет.

Процедура. Перед ребенком ставят вазы и просят подобрать столько цветов, чтобы на каждую вазу приходилось по одному цветку. После того как ребенок ставит по цветку в каждую вазу, цветы собирают в один букет и спрашивают, чего больше – ваз или цветов.

Результат. Дети считают, что после того, как цветы собираются в один букет, их число не равно числу ваз.

Вывод. В возрасте 7–8 лет сохранение дискретных величин еще отсутствует.

Диагностические

К диагностическим методам изучения мышления относятся прежде всего многообразные тесты. Они предназначены для выявления уже сформировавшихся у испытуемого (клиента) особенностей мышления. Существуют тесты для выявления уровня развития отдельных операций, видов, особенностей и т.п. Многие же тесты предназначены для диагностики интеллекта, но их можно использовать и для диагностики мышления (Айзенк, Векслер, Амтхауэр, КОТ, ШТУР и др.).

Некоторые ученые (Н.Ф. Талызина) утверждают, что уровень развития мышления можно диагностировать по степени обобщенности знаний.

Однако проблема качественной диагностики мышления все еще стоит перед психологической наукой.

ТЕМА 11 • РЕЧЬ

ПОНЯТИЕ

Речь относится к числу психических функций, принципиально отличающих человека от других представителей животного мира. Многозначность речи выражается в неоднозначности ее определений. Речь возникла как средство общения, а затем и как средство мышления в практической деятельности человека Речь можно определить как процесс пользования специальной системой знаков – языком (естественным).

Речь – 1) исторически сложившаяся форма общения людей с помощью звуковых и зрительных знаков, благодаря чему возникла возможность передавать информацию не только непосредственно от человека к человеку, но и на гигантские расстояния, а также получать ее из прошлого и передавать в будущее; 2) это специфически че-

ловеческий способ формирования и формулирования мыслей с помощью языковых средств; 3) процесс общения людей посредством языка; 4) система используемых человеком звуковых сигналов, письменных знаков и символов для представления, переработки, хранения и передачи информации; 5) это совокупность произносимых или воспринимаемых звуков, имеющих тот же смысл и то же значение, что и соответствующая им система письменных знаков; 6) процесс общения людей посредством языка; часто рассматривается как особый вид деятельности; 7) процесс пользования естественным языком.

Общение – взаимодействие двух или более людей, включающее обмен между ними информацией познавательного или аффективно-оценочного характера.

Язык – система условных символов, относительно независимых от индивида, с помощью которой передаются сочетания звуков, имеющих для людей определенное значение и смысл. Язык можно понимать как систему, в которой кодировано восприятие мира, как культуру данного народа. Речевой язык (естественный – русский, английский и пр.)– это средство общения и интеллектуальной деятельности человека.

Знак – материальный, чувственно воспринимаемый предмет, явление или действие, выступающие в процессе познания и общения в качестве другого предмета или явления и используемые для получения, хранения, преобразования и передачи информации.

Знаковая система – набор знаков, объединенных общими правилами их взаимосвязи и практического использования.

Семиотика – наука, исследующая свойства знаков и знаковых систем, замещающих реальные объекты в процессе познания.

Психосемиотика – наука, изучающая процесс создания и использования знаков человеком.

Коммуникация (в психологии) – передача информации при помощи языка и других знаковых средств.

Слово – единица речи.

Значение слова – предметное содержание слова, содержание сообщения слова. Слово как единица языка имеет две стороны – внешнюю звуковую (фонетическая) и внутреннюю смысловую (семантическую). Слово является носителем информации, оно всегда соотносится с обозначаемыми им определенными предметами и явлениями действительности. Эта информация и есть значение слова.

Семантика – значение единиц языка (слова, предложения, текста).

ФУНКЦИИ

Речь выполняет ряд важных для человека функций: 1) **коммуникативную** (осуществляет прием и передачу информации между людьми). Эта функция речи является интегральной, обобщающей, поскольку речь вообще имеет смысл только в общении; 2) **мнестическую** (с помощью речи информация переводится в кратковременную и долговременную память); 3) **экспрессивную**, отражающую отношение человека к событиям действительности, оценку этих событий и собственное эмоциональное состояние; 4) **интеллектуальную,** которая дает возможность осуществить главнейшее назначение речи – быть орудием мышления; 5) **регулятивную** (участвует в регуляции психических процессов, поведения и деятельности).

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ

Речевой процесс базируется на работе первой и второй сигнальных систем (И.П. Павлов).

Если первая сигнальная система условно-рефлекторно реагирует на раздражители через непосредственное восприятие условных раздражителей, то вторая сигнальная система обеспечивает реагирование на сигнальное значение при замене конкретного раздражителя словом, обозначающим его. Управляющие речью отделы сосредоточены в левом полушарии головного мозга, которое иногда называют речевым. При различных поражениях левого полушария человек теряет возможность говорить, читать, писать и пр.

В левом полушарии находятся специальные зоны, ответственные за: моторные функции речи – центр французского хирурга Брока; сенсорные функции – центр немецкого нейрохирурга Вернике; исполнительные (артикуляционный отдел). Речь человека возникла и развилась на основе слуховой системы. При отсутствии слуха человек становится немым.

ТЕОРИИ РЕЧИ

Вплоть до XX в. исследования речи носили глобальный характер, ставились вопросы общего свойства: происхождение языка, его природы, связи с рациональной и эмоциональной сторонами психики.

В начале XX в. появились исследования конкретно-эмпирического характера, главным методом при этом было наблюдение. Появились описания детской речи (онтогенез, факты ошибок речи, нарушений и пр.). Видное место в этот период занимает идея И.П. Павлова о второй сигнальной системе. Он утверждал, что слово несет на себе фун-

кцию особого рода сигнала, действующего в сфере высшей, нервной деятельности. Тем самым вся нервная деятельность человека преобразуется, поскольку возникает основа для отвлеченного мышления, а в конечном счете для научного познания. В последующих исследованиях отечественных и зарубежных ученых был выявлен условно-рефлекторный характер связей между словами, что эта связь вырабатывается в жизненном опыте и является достаточно стабильной.

В бихевиоризме детально разрабатывалась идея о том, что речь представляет собой одну из форм поведения. 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, а повторное возникновение данной ситуации автоматически вызывает ту же вербальную реакцию в скрытой или явной форме.

Следующий период ознаменовался появлением ***психолингвистики*** (1953, Ч. Осгуд, Н. Хомский, Н.И. Жинкин). Одной из главных задач ее является изучение природы речевой способности: связи языка и речи с другими психическими функциями, развитие языка и речи в онто- и филогенезе, их функционирование в социуме.

Было установлено (Ч. Осгуд), что система грамматики языка (Н. Хомский) является вторичной по отношению к общей семантической системе психики человека. В исследованиях Н.И. Жинкина были выделены два принципиальных механизма, действующие при произнесении: один из них управляет дискретными структурами (артикуляторными), другой образует непрерывность, плавность говорения (слогообразование).

Широко известна концепция внутренней речи, предложенная Л.С. Выготским. По мысли автора, внутренняя речь происходит из эгоцентрической речи ребенка.

В рамках деятельностного подхода разработана теория речевой деятельности (А.А. Леонтьев). Порождение речи, согласно этой теории, проходит несколько этапов: внутреннее программирование высказывания, грамматико-семантическая реализация внутренней программы.

В настоящее время разрабатываются многочисленные проблемы психолингвистики: функционирование ментального лексикона; проблема языка и сознания; речевые механизмы говорящего человека; психологические аспекты текста; природные корни речевой способности детей (младенцев) и др.

Лингвистика – наука о языке (языкознание).

Психолингвистика – научное направление, которое изучает природу и функционирование языка и речи, используя данные и подходы двух наук – психологии и лингвистики.

Артикуляция – работа органов речи при произнесении звука (в языкознании).

Дискретный – разделенный, состоящий из отдельных частей.

Ментальный – относящийся к уму, к умственной деятельности.

Лексикон – запас слов.

Текст – 1) всякая записанная речь (сочинение, документ, письмо и т. д.); 2) в лингвистике: внутренне организованная последовательность отрезков письменного произведения или записанной либо звучащей речи, относительно законченной по своему содержанию и строению.

РЕЧЕВЫЕ ПРОЦЕССЫ

Видовая классификация речевых процессов связана с их модальностью и степенью активности информанта.

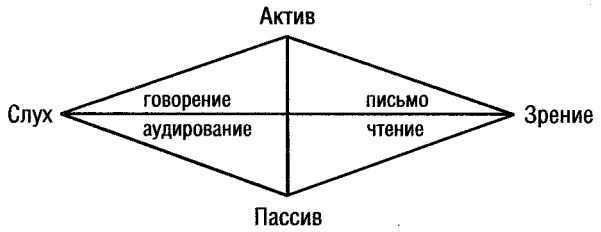


Рис. 28. Классификация речевых процессов

Слушание. Длительное вслушивание в сменяющие друг друга звуковые обозначения приводит к умению дифференцировать их между собой, узнавать, соотносить с ними объекты и явления мира. Конечная цель слушания – это понимание речи даже в условиях помех. Для хорошего понимания речи очень важна собственная позиция слушателя: внимание, заинтересованность и пр. Экспериментально подсчитано, что потери информации составляют 70–80%.

Говорение. Говорение занимает 30% речевого времени и вместе с аудированием на 3/4 закрывает собой все речевые процессы. Речь – продукт социального развития. Человек научается говорить точно, правильно, логически связно, выразительно и т.д.

Аудирование. Ведущим видом речи является аудирование. В нем заметно проявляется эмоциональное состояние и отношение к теме разговора. Через акустический речевой канал идет большой поток информации, зачастую более ценной, чем через зрительный.

Бывает гораздо важнее не то, что сказано, а как сказано, каким тоном голоса, с каким акцентом и паузами.

Письмо. Письменная речь слабее всего представлена в общей структуре речевых процессов, так как обилие технических устройств типа клавиатурного ввода информации или электронных приспособлений делает сам графический процесс трудоемким, старомодным и непопулярным. Тем не менее по письму можно многое узнать о пишущем, особенно когда навыки письменной речи уже сформировались. Психологическими показателями могут быть расположение текста на странице, наличие полей, размер букв, их конфигурация, наклон букв, степень нажима, тщательность выполнения мелких деталей, относительные размеры прописных и строчных букв, характер соединения букв между собой. Психографические свойства, как и говорение, очень подвержены разнообразным эмоциональным изменениям.

Чтение. Из зрительных модальностей речи более распространена ее пассивная форма – чтение. Эта форма относится к поздней и не во всех странах достаточно развита. Направленность чтения может быть самой разнообразной – от поверхностного просмотра текстов до углубленного многократного изучения. Читабельность (легкость усвоения и понимание текста) зависит от длины предложений, слов, частоты их встречаемости, степени абстрактности и пр. Существует некоторый диапазон скоростей чтения: низкая – 200 слов в мин., средняя – 250–300, высокая – 300–450 слов в мин. Существуют приемы, ускоряющие чтение

Аудирование – слушание, слуховое восприятие.

ВИДЫ РЕЧИ

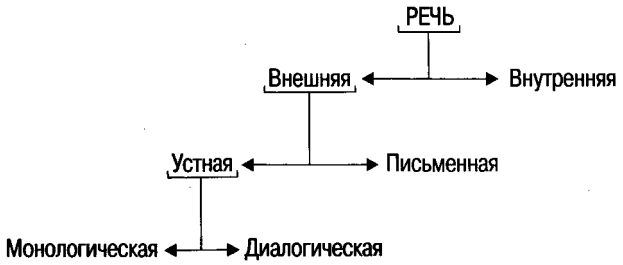


Рис. 28. Классификация видов речи

Речь внешняя – речь, связанная с процессом общения, обмена информацией. Это устная и письменная речь.

Речь внутренняя – особый вид человеческой речевой деятельности, непосредственно связанный с бессознательными, автоматически протекающими процессами перевода мысли в слово и обратно. Это речь, прежде всего связанная с обеспечением процесса мышления. Внутренняя речь – это процесс преобразования мыслей до оформления их в устной и письменной форме. Эта речь сильно сокращена, отрывочна, в ней опускается большинство второстепенных членов предложения.

Речь эгоцентрическая – речевая деятельность, сопровождающая игру ребенка-дошкольника и обращенная к самому себе. Представляет собой промежуточное звено в переходе от внешней речи к внутренней. Иногда при ослабленном самоконтроле этот феномен свойствен и взрослым, особенно пожилым людям.

Речь монологическая – речь, произносимая одним человеком, в то время как слушатели только воспринимают речь говорящего, но прямо в ней не участвуют (доклад, лекция, выступление на собрании и т. п.). Эта речь более развернута и организованна (обычно заранее спланирована), в ней мало используется внеязыковая информация, которая возникает в разговорной ситуации.

Речь диалогическая – речь двух или нескольких собеседников, которые меняются ролями, то есть переменно бывают относительно активными или пассивными собеседниками. Эта речь недостаточно организована грамматически и синтаксически, поскольку осу-

ществляется при помощи простых языковых конструкций, которые обусловлены контекстом, предыдущими высказываниями.

Речь устная – звуковая речь, которая воспринимается другими на слух.

Речь письменная – вербальное (словесное) общение при помощи письменных текстов. Это разновидность монологической речи. Письменная речь осуществляется без непосредственного контакта с собеседником, из ее содержания исключаются интонации, мимика и жесты и т.д., а потому и содержание, и свое отношение к нему нужно выражать на бумаге в словесной форме в развернутом виде. Отсюда эта речь всегда более сложная по сравнению с устной.

Речь жестовая – способ общения людей, лишенных слуха, при помощи системы жестов.

Речь сенсорная – это понимание смысла речи на основе сенсорной информации.

Экспрессия – выразительность; сила проявления чувств.

Речь экспрессивная – эмоционально окрашенная речь.

СВОЙСТВА И ЗАКОНОМЕРНОСТИ

Речь не существует вне языка.

Речь рассматривается и как языковая деятельность. С ее помощью можно обеспечить общение, решение мнемических, мыслительных, учебных и других задач.

РАЗВИТИЕ В ОНТОГЕНЕЗЕ

Развитие речи ребенка подчинено определенным закономерностям. Сензитивным периодом развития речи являются первые три года. По истечении этого периода процесс слухо-речевого развития и обучения замедляется и требует больших усилий. Ребенок проходит три этапа становления речи: подготовительный (фонемный) – от рождения до 1,5–2 лет, этап самостоятельной речи – от 1,5–2 до 7 лет и этап систематического обучения и развития речи – школьный период.

Сензитивные периоды развития (лат. sensus – чувство, ощущение) – периоды онтогенетического развития, в которые развивающийся организм бывает особенно чувствителен к определенного рода влияниям окружающей действительности. Сензитивный период – это периоды оптимальных сроков развития определенных сторон психики – процессов и свойств. Эти периоды не следует смешивать с критическими (переломными) периодами развития.

НАРУШЕНИЯ

Расстройства речи, возникающие при ранениях, опухолях и других нарушениях мозга, называют афазиями. Известный отечественный психолог А.Р. Лурия выделил несколько видов афазий: 1) динамическую, связанную с нарушением возможности строить фразы, хотя больной не ощущает трудности при повторе слов, назывании предметов, в понимании языка; 2) сенсорную – утрату фонематичного слуха, то есть потеря связи между звуковым составом и значением слова; 3) семантическую – трудность находить слово и понимать семантические отношения между словами (понимает слова «отец» и «брат», но не может понять, что означает «брат отца»); 4) эфферентную, моторную – разрушение структуры высказывания при сохранности отдельных слов (нарушен принцип сукцессивности – последовательности). Известны в клинической психологии и другие нарушения речи.

Афазия (а + греч. phasis – речь) – нарушение речи, возникающее при локальных поражениях коры головного мозга доминантного полушария. Системное расстройство различных видов речевой деятельности.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

В зависимости от возраста, характера деятельности, среды обитания человек приобретает определенные особенности, несмотря на то что люди говорят на одном языке. Каждому человеку присущи индивидуальный стиль речи, отличия в артикуляции звуков, интонации, логической выразительности. Одни люди говорливы, другие отличаются определенной сдержанностью, замкнутостью. Индивидуальные особенности речи проявляются также в темпе, ритме, эмоциональности, выразительности, точности, плавности, громкости, логической последовательности и образности высказывания мыслей.

МЕТОДЫ ИЗУЧЕНИЯ

Экспериментальные

В качестве примера экспериментального изучения речи опишем эксперимент Л.С. Выготского по изучению эгоцентрической речи.

Гипотеза состояла в том, что эгоцентрическая речь с развитием ребенка не отмирает, как утверждал Ж. Пиаже, а развивается в направлении внутренней речи.

Испытуемые – дети семи лет.

Процедура. Дети должны были свободно рисовать. В отличие от Пиаже были введены затруднения в поведение ребенка, а именно – в нужную минуту у ребенка не оказалось под рукой необходимого ему цветного карандаша, бумаги, краски и т.д.

Результаты. Оказалось, что коэффициент эгоцентрической речи быстро возрастает почти вдвое по сравнению с нормальным коэффициентом Пиаже и для ситуации без затруднений. Ребенок, натолкнувшись на затруднение, пытался осмыслить положение: *«Где карандаш, теперь мне нужен синий карандаш; ничего, я вместо этого нарисую красным и смочу водой, это потемнее и будет, как синее»*. Все эти рассуждения с самим собой и есть эгоцентрическая речь.

Вывод. Эгоцентрическая речь не только сопровождает детскую активность, но и очень легко становится средством мышления, то есть начинает выполнять функцию образования плана разрешения задачи**, развивается в направлении к внутренней речи.**

Диагностические

В большинстве своем диагностика развития речи осуществляется в детском возрасте при обучении, выявлении патологии развития или в клинической психологии для диагноза нарушений психических функций при травмах и различных заболеваниях.

В психологии существуют различные методы и отдельные методики для изучения речи.

Определяются в основном: понимание речи, запаса слов, владение звуковой стороной речи, связность речи, связь с мышлением и т.д.

В качестве заданий используются беседа, рассказ по картинке, пересказ, сочинение, различные тестовые задания и пр. Используются также вербальные субтесты, которые содержатся в интеллектуальных тестах (Векслер, ЩТУР и др.).

Субтесты – небольшие тесты, входящие в состав основного.

ТЕМА 12 • ВООБРАЖЕНИЕ

ПОНЯТИЕ

Воображение (фантазия) – это психический процесс, который заключается в создании новых образов на основе данных прошлого опыта. Это способность представлять отсутствующий или реально существующий объект, удерживать его в сознании и мысленно им манипулировать. Воображение отражает реальный мир, но в но-

вых, непривычных, неожиданных сочетаниях и связях. Оно отличается от образной памяти (представления), так как это принципиально новый образ, динамичный, и акт запоминания и сохранения при этом отсутствует. Воображение отличается от мышления, так как протекает в образной форме, а мышление в понятиях. Оно связано с мышлением, так как возникает в проблемной ситуации и представляет собой аналитико-синтетическую деятельность мозга (расчленяются старые объекты на части и объединяются в новый образ, например «русалка»).

Если исходные данные деятельности, задачи известны, то вступает мышление, а если данные с трудом поддаются анализу, то вступает воображение. Однако пути решения проблем с помощью воображения недостаточно точны, строги и в этом его ограниченность. Воображение следует отличать от галлюцинаций.

Галлюцинации (лат. hallutinatio – бред, видения) – расстройства восприятия, при которых кажущиеся образы возникают без реальных объектов, что, однако, не исключает возможность непроизвольного, опосредованного отражения в галлюцинации прежнего, жизненного опыта больного. Галлюцинации считаются классическими показателями психического расстройства.

ФУНКЦИИ

Воображение выполняет **прежде познавательную функцию**. Благодаря воображению происходит концентрация внимания, памяти, мышления и окружающий мир познается глубже. Вторая функция – **регулятивная**. Она выражается: 1) в организации таких форм поведения, которых не было в опыте (вообразить прошлое, будущее); 2) в планировании и регуляции деятельности, предвосхищении (антиципации) результата труда до его начала, «перепрыгивая» через этап мышления и принятии решения при отсутствии полноты знаний; 3) в замещении деятельности; 4) в регуляции познавательных процессов. Третья функция – **аффективная.** Воображение участвует в регуляции эмоциональных состояний (усиливает эмоциональный тонус, повышает настроение, снимает напряжение), может «замещать» неудовлетворенные потребности.

Антиципация (лат. anticipatio – предугадывание событий). Способность предвидеть появление результатов действий до того, как они будут реально осуществлены или восприняты («опережающее отражение»), готовность к предстоящим событиям на основе прежнего жизненного опыта.

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ

Воображение, как и все психические процессы, является функцией коры больших полушарий, причем обоих. Это сложная аналитико-синтетическая деятельность мозга. Старые связи распадаются и объединяются в новые системы.

ТЕОРИИ

Воображение – наименее исследованная область психологии. Главные проблемы, которые встают перед учеными, – это сущность и механизмы воображения; его отличие от других психических функций, особенно мышления; связь с творчеством и др.

Ассоативная психология (В. Вундт, Т. Рибо) пыталась свести воображение к другим психическим процессам, например к памяти (воспроизводящее воображение). Возникновение новых творческих образов (воссоздающее воображение) ассоциативная психология объясняла случайными своеобразными комбинациями элементов. Не смогли объяснить воображение и последующие направления в психологии. Идеализм, например, утверждал, что творческое воображение изначально присуще нашему сознанию.

Подвергая критике все указанные представления о воображении, Л.С. Выготский выдвигает ряд новых положений о природе воображения, которые были им осмыслены в результате изучения воображения в детском возрасте. Главная мысль Выготского относится к соотношению мышления и воображения. Он показал, что: 1) между мышлением и воображением нет антагонистической противоположности. В творчестве воображение является совершенно необходимым моментом реалистического мышления; 2) мышление нетождественно воображению. Между ними существует противоположность. Существенным для воображения является направление сознания, заключающееся в отходе от действительности в известную относительно автономную деятельность сознания, которая отличается от непосредственного познания действительности. Наряду с образами, которые строятся в процессе непосредственного познания действительности, человек строит образы, которые осознаются как область, построенная воображением. И в настоящее время, как утверждает известный отечественный исследователь мышления А.В. Брушлинский, понятие воображения остается пока очень нестрогим и расплывчатым.

КЛАССИФИКАЦИЯ ВИДОВ

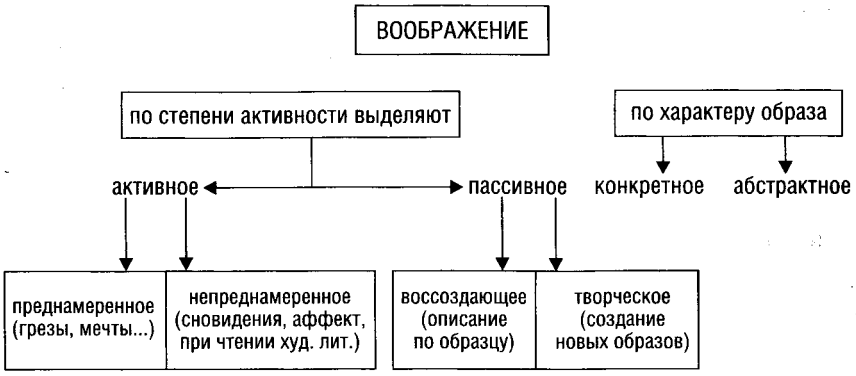


Рис. 30. Виды воображения

Воображение активное – характеризуется тем, что, пользуясь им, человек по собственному желанию, усилием воли вызывает у себя соответствующие образы.

Воображение пассивное – протекает у человека спонтанно, без заранее поставленной цели, помимо его воли и желания.

Воображение воссоздающее – вид воображения, в ходе которого у человека возникают новые образы на основе описаний, схем, чертежей, мысленных и материальных моделей.

Воображение творческое – вид воображения, в ходе которого человек самостоятельно создает новые образы и идеи. Творческое воображение создает несуществующие объекты, мало вероятные или невероятные.

Воображение продуктивное – вид воображения, в котором действительность сознательно конструируется человеком, а не просто механически копируется или воссоздается.

Воображение репродуктивное – вид воображения, где ставится задача воспроизвести реальность в том виде, какова она есть, и, хотя здесь также присутствует элемент фантазии, такое воображение больше напоминает восприятие или память, чем творчество.

Воображение реалистическое – наиболее полно и глубоко отражает действительность, предвосхищает развитие событий и в максимальной степени воплощает в себе основные, функциональные его возможности.

Воображение фантастическое – значительно «отлетает» от действительности, создает неправдоподобные образы, элементы которых в жизни несовместимы.

Мечта – самостоятельное создание новых образов. Воображение, направленное на желаемое будущее.

Грезы – фантазии, мечты человека, рисующие в его воображении приятные, желаемые картины будущей жизни.

Воображение конкретное – создание реальных, конкретных, единичных, натуральных образов. Например, живопись Шишкина, Репина и др.

Воображение абстрактное – создание обобщенных, схематических, символических образов. Например, искусство импрессионистов, кубистов и др.

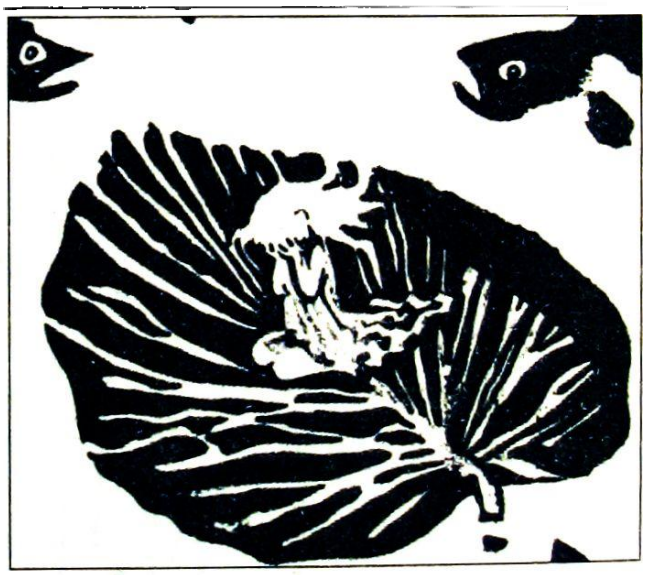
СВОЙСТВА

Воображение обеспечивает творческую деятельность человека. Веками складывались приемы такой деятельности.

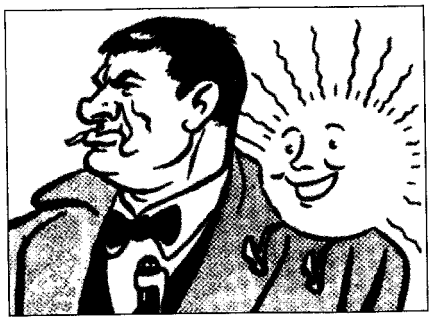
К приемам творческого воображения относят:

Комбинирование (агглютинация) (рис. 31 а), ***Акцентирование*** (рис. 31 в, г), ***Гиперболу*** (рис. 31 а – Трехглавый змей), ***Типизацию*** (рис. 31 д), ***Литолу*** (рис. 31 б), ***Схематизацию*** (рис. 30 на с. 126)

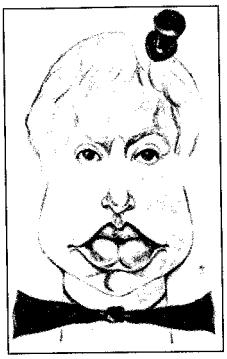
а)



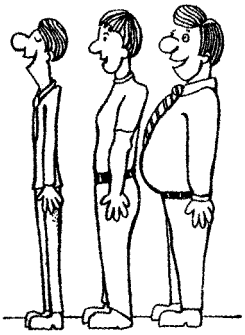
б)



в) Владимир Маяковский. Шарж Бор. Ефимова



г) Юрий Богатырев



д) конституционные соматотипы по У. Шелдону, 1984:
а – эктоморф; *б* – мезоморф; *в* – эндоморф

Рис. 31. Приемы творческого воображения

Воображения: сила – характеризуется степенью яркости возникающих образов.

Воображения: широта – определяется количеством образов, которые способен создать человек.

Воображения: критичность – определяется тем, в какой степени фантастические образы, создаваемые человеком, сближаются с реальной действительностью.

Воображение: комбинирование – простое перемещение или перегруппировка элементов, не механическое сочетание сторон разных предметов, а результат сложной аналитико-синтетической деятельности, в процессе которой существенно преобразуются и сами элементы, из которых строится новый образ.

Воображение: агглютинация – создание новых образов на основе «склеивания», объединения отдельных представлений в единое целое. Например, русалка, троллейбус, аккордеон и т.п.

Воображение: акцентирование – подчеркивание тех или иных черт, чаще наиболее существенных, типичных признаков образа. При помощи этого приема создаются дружеские шаржи и злые карикатуры.

Воображение: гипербола – увеличение всех особенностей изображаемого персонажа, образа или его частей (великан, трехглавый змей, многорукий Будда и пр.).

Воображение: литота – преуменьшение особенностей персонажа, образа или его частей (дюймовочка, мальчик с пальчик, одноглазый циклоп и пр.).

Воображение: схематизация – наиболее существенный способ переработки представлений в образы воображения, идущий по пути обобщения существенных признаков. При схематизации отдельные представления сливаются, различия сглаживаются, а черты сходства четко выступают.

Воображения: типизация – синтез отдельных представлений. Для нее характерно выделение существенного, повторяющегося в однородных фактах и воплощение их в конкретном образе. В психологии известны различные типологии: темпераментов, характеров и др.

РАЗВИТИЕ

Воображение формируется в детстве под воздействием развития мышления и опыта. Развитие воображения в онтогенезе экспериментально исследовал Т. Рибо. Он установил, что воображение в

своем развитии проходит два этапа в зависимости от развития мышления.

На 1-м этапе (в детском и подростковом возрасте) – воображение развивается быстро и долго держится на достигнутом уровне, на рис. 32 – это линия НВ. Мышление же начинает развиваться позже, и процесс идет медленно (линия РМ). В точке «В» обе линии почти совпадают. Критическая фаза ВМ. Это не значит, что воображение ребенка богаче воображения взрослого, так как далеко отходит от рассудка. Воображение ребенка совпадает с воображением взрослого лишь в реальности элементов, из которых оно строится, и в эмоциональном компоненте. В критической фазе происходит глубокое преобразование воображения, превращение его из детского субъективного во взрослое объективное.

На 2-м этапе – с момента встречи двух линий воображения и мышления (в точке «О») дальнейшее развитие воображения идет по линии ВК 11 МО. Теперь воображение и мышление идут в ногу. Так бывает не у всех. У некоторых воображение опускается по линии ВП (свертывание воображения), но не уходит совсем, а делается случайным.

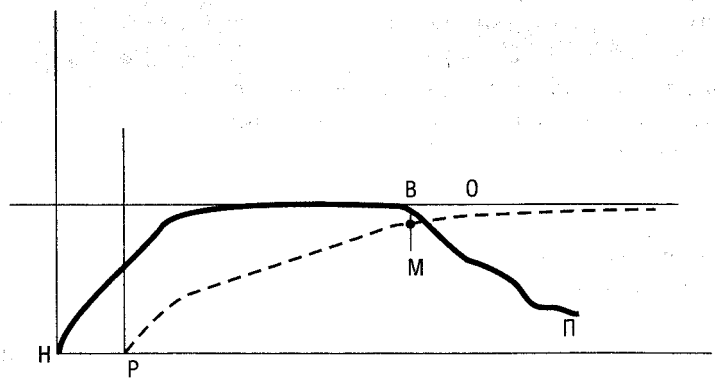


Рис. 32. Развитие воображения и мышления по Рибо.

Сензитивный период развития воображения – дошкольный возраст. Наиболее продуктивно развивается воображение ребенка под влиянием взрослых (Л.С. Выготский).

Для развития воображения, однако, необходимы определенные условия: наличие неопределенных ситуаций, развитие мышления (например, способность видеть целое раньше части; способность к

переносу функций предметов на другие предметы и т.п.), определенные виды деятельности (игра, рисование, лепка и т.д.), противоречия в жизни и опыт выхода из них, бесстрашие здесь и теперь.

НАРУШЕНИЯ

К нарушениям воображения относятся так называемые **галлюцинации воображения.** К ним относятся феномен «оживления» неодушевленных предметов и др., которые возникают при различных заболеваниях.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

Люди отличаются между собой:

– **по яркости образов воображения.** Сила воображения может быть разной. Так, А.Н. Толстой «разговаривал» с героями своего романа «Хождение по мукам» как с реальными людьми;

– **по правдивости (реальности, критичности).** Образы могут быть нереальными, фантастическими или образами реального мира;

– **по широте.** Широта воображения – это способность использовать образы разной природы (настоящего, прошедшего, будущего, технические, образы искусства и пр.);

– **по произвольности.** Произвольность воображения – это умение подчинить воображение задаче, организовать его;

– **по устойчивости.** Устойчивость воображения – это способность сохранять «полет» воображения (вдохновение);

– **по типу преобладающих образов.** Преобладающие образы воображения могут быть: зрительные, двигательные, тактильные и др.

МЕТОДЫ ИЗУЧЕНИЯ

Экспериментальные

Экспериментальные исследования в области воображения в основном базируются на лонгитюдных наблюдениях и анализе результатов деятельности воображения в различных видах деятельности, чаще всего – творческой. Известный исследователь воображения Т. Рибо строит свои теоретические выводы на изучении результатов творчества выдающихся мыслителей, музыкантов, художников и т.п.

Диагностические

Для диагностики развития воображения используют:

– метод изучения продуктов деятельности (рисунков, картин, поделок и др.);

– методику трех слов (Штерна):

а) написать сочинение на три заданные слова;

б) составить как можно больше предложений на три заданных слова.

– показатели: случайность, банальность, оригинальность.

– методики на воссоздание или достраивание образов, например, воссоздать образ или достроить фигуру.

– также тесты: Роршаха, Торренса и др.

ТЕМА 13 • ЭМОЦИИ И ЧУВСТВА

ПОНЯТИЕ

Эмоции (лат. emovere – потрясаю, волную) – особый класс психических явлений, протекающих в форме *переживаний*, отражающих отношение человека к удовлетворению или неудовлетворению актуальных его потребностей.

Эмоции проявляются в мимике, жестах, интонациях голоса, двигательных реакциях (экспрессия) и в физиологических явлениях: изменении дыхания, сердцебиения и пр. (импрессия). Они сопровождают все виды активности (деятельность, поведение, психические процессы и состояния). Эмоции охватывают почти весь организм, производя почти моментальную интеграцию (объединение в целое) всех функций организма (П.К. Анохин).

В биологической эволюции эмоции возникли как средство, позволяющее живым существам определять биологическую значимость состояний организма и внешних воздействий.

Экспрессия – внешнее проявление эмоций. Проявляется в мимике, жестах, голосе, движениях, речи и т.д.

Импрессия – проявление эмоций во внутреннем плане (учащение дыхания и сердцебиения, повышение давления и пр.).

ФУНКЦИИ

Эмоции играют большую роль в жизни человека и животных. Они выполняют важные функции: отражательную, сигнальную, защитную, управляющую, мобилизующую, компенсаторную и дезорганизующую.

1. Отражательно-оценочная – позволяет обобщенно отразить и оценить событие прежде, чем оно будет определено на уровне сознания (в мышлении).

2. Сигнальная – состоит в оповещении организма (нервной системы) и других людей о состоянии потребностей субъекта (удовлетворении или неудовлетворении). Человек способен скрывать свои эмоции, но и читать чужие.

3. Защитная – состоит в предупреждении субъекта о реальной или мнимой опасности (эмоции страха, отвращения и др.). Эти эмоции (как и все другие) сохраняются в памяти и в определенной ситуации извлекаются из нее с целью выполнения защитной функции.

4. Управляющая – выражается в том, что эмоции являются внутренними регуляторами любой деятельности. Так, оптимальная продуктивность деятельности наступает при среднем уровне эмоций (О. Хебб).

5. Мобилизующая – заключается в том, что эмоции могут быть побудителями (мотивами) деятельности и поведения, а также влиять на смену побуждений. Эмоции – субъективная форма существования мотивации.

6. Компенсаторная – позволяет компенсировать недостатки других психических явлений. Например, при воспитании маленьких детей, когда словесная информация еще плохо понимается, целесообразно использовать эмоциональную (взгляд, мимику, жесты ит.д.). В монологической речи преподавателя, учителя полезны эмоциональные элементы речи. Они не только украшают речь, но и способствуют более глубокому пониманию текста.

7. Дезорганизующая – может проявляться в нарушении поведения, деятельности, памяти, мышления и др. процессов за счет сильных эмоций, особенно негативных. Однако это происходит не всегда.

МЕХАНИЗМЫ

Эмоции – результат деятельности мозга, комплексной работы коры, подкорки и вегетативной, нервной системы. Ведущая роль принадлежит коре. Отражаемые в сознании объекты вызывают сильные очаги возбуждения в коре, которые передаются в стволовую часть мозга и подкорку, в которой находятся центры, управляющие вегетативной, нервной системой и регулирующие работу внутренних органов. На раздражители реагирует прежде всего подкорка, что ведет к изменению ритма дыхания, сердечной деятельности, скелетных мышц (пантомимика) и мышц тела (мимика), работы желез внешней (слюнные, слезные, потовые) и внутренней секреции.

Кора регулирует действия подкорки, поэтому человек сдерживает голод, социально неприемлемые порывы. Но если кора ослаблена (при опьянении, переутомлении и т.д.), то человек теряет возможность сдерживаться.

В 1950 году Д. Олдз и П. Милнер в экспериментах на животных открыли центры удовольствия и центры страдания, а позднее – центры голода, жажды и пр., что составило эмоциональную карту мозга. При этом центры страдания, будучи расположенными в разных частях мозга, образуют единую систему. Поэтому отрицательные эмоции переживаются довольно однообразно. Центры наслаждения такой системы не образуют и положительные эмоции переживаются более дифференцированно.

Таблица 4

Психологические теории эмоций

Название	Представители	Содержание
Эволюционная 1872 г.	Ч. Дарвин	Э. – приспособительный механизм, сходный у человека и животных
Периферическая Нач. XX в.	Джеймс–Ланге	Э. – возникают в результате телесных изменений и изменений во внутренних органах. Схема: Восприятие | изменение во внутренних органах | переработка в центральной нервной системе | переживание эмоций
Физиологическая	Кеннон–Бард	Кеннон–Бард: Восприятие | переработка в центральной нервной системе | эмоциональное переживание | физиологические изменения
Дифференциальная	К. Изард	Э. – основная мотивационная система человека и состоит из 10 базовых эмоций

Название	Представители	Содержание
Информационная	П.В. Симонов	Э. – функция потребности (П) и информации (И) Э = f (П; $И_{необходимая} - И_{имеющаяся}$) 1) П=0, то Э=0, 2) $И_н=И_и$, то Э=0. 3) $И_и=0$, то Э=max (при наличии потребности 4) $И_и > И_н$, то Э. меняет знак с «–» на «+» 5) $И_и < И_н$, то Э. меняет знак с «+» на «–»
Когнитивная (когнитивного диссонанса)	Л. Фестингер	Э «+» – если ожидания подтверждаются – консонанс Э «–» – если ожидания не подтверждаются – диссонанс
Биологическая	П.К. Анохин	Э «+» – возникают лишь в том случае, когда обратная информация точно отражает все компоненты результата и совпадает с предшествующей оценкой. Несовпадение ведет немедленно к беспокойству, поиску новых комбинаций, которые привели бы к положительным эмоциям

Диссонанс когнитивный – эмоциональное состояние, когда у человека одновременно имеются некоторые установки или знания, не согласующиеся между собой, или когда возникает конфликт между убеждениями или внешним поведением.

Консонанс – противоположно диссонансу согласованность знаний, убеждений, поведения.

КЛАССИФИКАЦИЯ ВИДОВ

Человек – наиболее эмоциональное существо. Он способен испытывать в разные периоды жизни десятки тысяч оттенков эмоций, но словарь человека ограничен 5–6 тыс. слов, которых недостаточно, чтобы выразить все эти оттенки. Единой классификации эмоций не существует. Представим наиболее распространенную в психологии классификацию (см. рис. 33).

По характеру потребностей, лежащих в основе эмоций, выделяют:

1) низшие эмоции и 2) высшие эмоции;

По силе, быстроте протекания и осознанности причин возникновения выделяют:

1) чувственный тон, 2) собственно эмоции, 3) настроения, 4) аффекты, 5) стрессы.

По степени осознанности, предметности, устойчивости и обобщенности выделяют:

1) эмоции и 2) чувства.

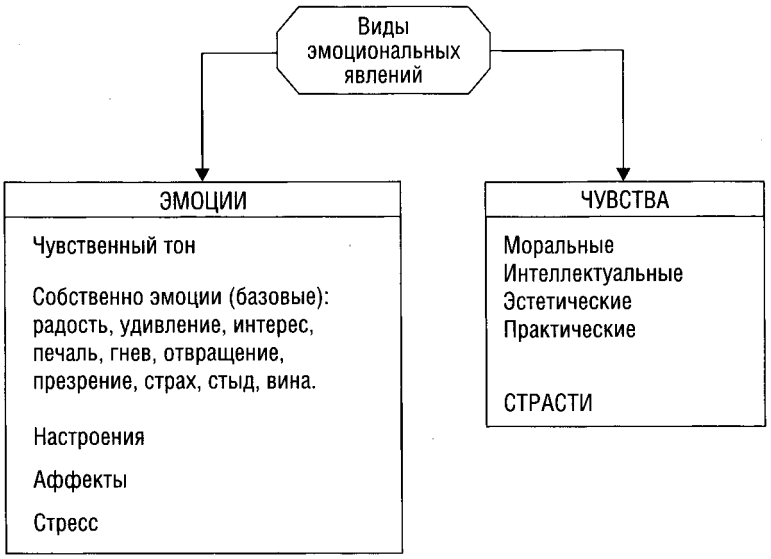


Рис. 33. Виды эмоций

Эмоции низшие – это эмоции, связанные с удовлетворением органических потребностей, так называемые общие ощущения (голод, жажда и т.д.). Эти эмоции присущи и животным, и человеку.

Эмоции высшие – социально обусловленные эмоции, связанные с общественными отношениями. Эти эмоции присущи только человеку.

Чувственный тон – простейшая форма эмоций. Это положительные или отрицательные переживания, сопровождающие отдельные жизненно важные воздействия (вкусовые, температурные и др.) и побуждающие индивида к их сохранению или устранению.

Эмоции базовые (эмоции в узком смысле), собственно эмоции – носят ситуативный характер, выражают оценочное отношение к складывающимся или возможным ситуациям. Они кратковременны, достаточно сильно выражены, причины возникновения у человека достаточно хорошо осознаются. Эти эмоции хорошо изучены

и среди них выделены 10 базовых (основных) (К. Изард). Каждая базовая эмоция лежит в основе целого спектра состояний. К базовым эмоциям относят радость, удивление, интерес, печаль, гнев, отвращение, презрение, страх, стыд, вину. Почти все базовые эмоции хорошо «читаются» по мимике лица.

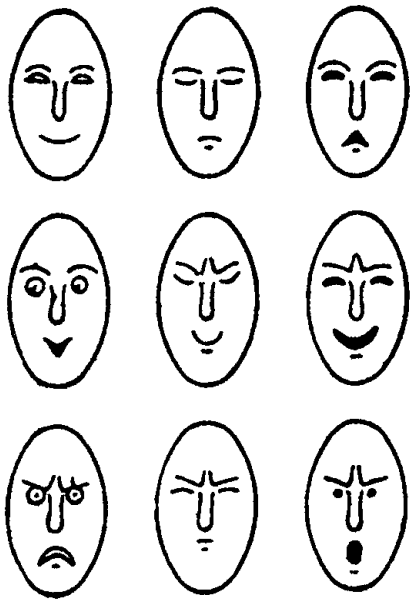


Рис. 34. Схематическое изображение эмоций человека

Радость – положительное эмоциональное переживание, связанное с возможностью достаточно полно удовлетворить актуальную потребность. Она служит для устранения отрицательных воздействий эмоций, установления контактов с людьми, сохранения в памяти полезных мыслей и действий. Радость выражается улыбкой и смехом.

Удивление – не имеющая четко выраженного положительного или отрицательного знака эмоциональная реакция на внезапно возникшие обстоятельства. Удивление служит для погашения существующей активности нервной системы для подготовки организма к активности в новой ситуации. Мимическое выражение удивления: брови высоко подняты, глаза расширяются и округляются, приоткрытый рот принимает овальную форму.

Интерес – эмоциональная реакция на новое, источник мотивов, научения и творчества. Интерес выражается в мимических движе-

ниях – приподнятыми или слегка сведенными бровями, перемещением взгляда по направлению к объекту, слегка приоткрытым ртом или поджатием губ.

Печаль (горе, страдание) – эмоциональный сигнал невозможности удовлетворить жизненно важные потребности. Печаль сигнализирует о желании восстановить связь с миром, людьми и в этом смысле способствует личностному росту. Проявляется в прикованности мысли к объекту печали, слезах (при сильной печали слез может не быть), горечи во рту. Печаль замедляет темп жизни, дает возможность оглянуться, увидеть перспективу и в этом смысле является адекватным состоянием.

Гнев – эмоциональное переживание, отрицательное по знаку, как правило, протекающее в форме аффекта и вызываемое внезапным возникновением серьезного препятствия на пути удовлетворения исключительно важной для субъекта потребности (боль, ограничение свободы, физические воздействия и т.д.). Проявляется: на лице вздуваются вены, рот сжат, губы дрожат, сжаты кулаки и т.д. Гнев обеспечивает мобилизацию всех сил организма для борьбы. У взрослых гнев – редкая эмоция, так как противоречит общественным нормам.

Страх – отрицательная эмоция, проявляющаяся при получении субъектом информации о реальной или воображаемой опасности. Страх – способ активности и защиты от сильных потрясений. Страх выражается в затруднении дыхания, дрожании тела, в расширении зрачков и пр.

Отвращение (отворачивание) – отрицательное эмоциональное переживание, вызываемое объектами (предметами, людьми, обстоятельствами и т.д.), соприкосновение с которыми вступает в резкое противоречие с идеологическими, нравственными или эстетическими принципами и установками субъекта. В эволюции возникло как защита от отравления. Изображая отвращение, человек морщит нос, кривит губы, отталкивает предмет отвращения, имитирует тошноту.

Презрение – отрицательная эмоция, возникающая в межличностных отношениях и порождаемая рассогласованием жизненных позиций, взглядов и поведения с жизненными позициями, взглядами и поведением объекта переживаний. Презрение – это отвержение другого человека, в эволюции – вытеснение с территории. Выражается в иронии, насмешках, отталкивающих жестах.

Стыд – социальная эмоция, которая выражает осознание субъектом несоответствия своих поступков, мыслей, внешности ожидани-

ям других людей и собственных представлений. «Стыд – это гнев, направленный внутрь» (К. Маркс). Переживание стыда – показатель осуждения своих поступков и стремления исправить их. Переживая стыд, человек прячет глаза, отворачивается или опускает голову, краснеет и т.д.

Вина – эмоция, возникающая при нарушении моральных и эстетических норм. Без принятия общественных норм не возникает. Вина выражает осуждение субъектом своего поступка и себя, снижение самооценки, раскаяние и возможность исправиться. Переживание эмоции вины похоже на переживание стыда.

Настроение – устойчивое, слабо выраженное, сравнительно продолжительное переживание, которое окрашивает поведение и деятельность человека в течение значительного времени. Причины настроения далеко не всегда ясны. Настроение зависит от здоровья человека, его самооценки, уровня притязаний, характера и других личностных свойств.

Аффект (лат. affectus – душевное волнение) – эмоциональное переживание, возникающее внезапно, быстро овладевающее человеком, бурно протекающее, характеризующееся изменением сознания, нарушением волевого контроля. Аффект возникает в экстремальных условиях, когда субъект не находит выхода из возникшей ситуации. В результате аффекта происходит мобилизация всех сил организма. Формы проявления – гнев, восторг, экстаз, ужас, отчаяние или, ступор, скованность. Аффект практически неуправляем. Сдержать его возможно лишь на первом этапе, и зависит это от нравственных особенностей личности.

Стресс (англ. stpess – напряжение, давление) – состояние напряжения, возникающее под влиянием сильных воздействий. Стресс, по утверждению Г. Селье, есть неспецифический ответ организма на любое предъявленное ему требование (адаптационный синдром). Стресс – реакция комплексная и не зависит от того, что его вызывает. Проявляется в несвязности речи, растерянности, нарушении памяти и пр. Протекает в три этапа (Г. Селье): 1) тревога – мобилизация всех сил организма, 2) стабилизация – ситуация закрепляется, идет перерасход адаптационных сил, 3) истощение, если ситуация продолжает сохраняться (см. рис. 35). В результате ухудшение самочувствия, заболевание и смерть. Люди по-разному переживают стресс (стресс льва или кролика). Есть люди стрессоустойчивые. В психологии выделяют разные виды стресса: физиологический, психический, информационный и эмоциональный.

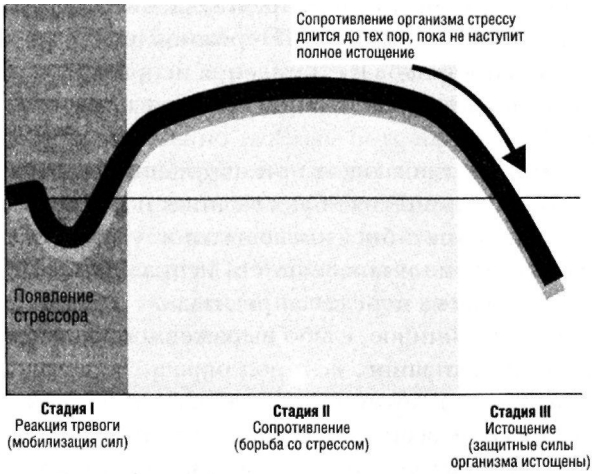


Рис. 35. Адаптационный синдром Г. Селье

Синдром – ряд характеристик, черт, событий или моделей поведения, которые воспринимаются как возникающие вместе друг с другом или, как предполагается, являются скоординированными или взаимосвязанными некоторым образом. В клинической психологии – группа (класс) симптомов, возникающих вместе и служащие индикатором болезни или отклонения.

Стресс физиологический – реакция организма на угрожающую ситуацию (боль, потеря крови, нарушение дыхания и пр.).

Стресс информационный – возникает в ситуации значительных информационных перегрузок, когда человек не справляется с задачей переработки поступающей информации и не успевает принимать правильные решения в требуемом темпе, особенно при высокой ответственности за последствия принятых решений.

Стресс эмоциональный – возникает при эмоциональных перегрузках, возникновение его большинство авторов связывают с ситуациями угрозы, опасности, обиды и т.д.

Чувства – наиболее устойчивые переживания человека, возникающие при удовлетворении или неудовлетворении социальных потребностей (любовь, гордость, ненависть, мировоззренческие чувства и др.). Отличительными особенностями чувств являются их осознанность, предметность и обобщенность.

Чувства моральные (нравственные) – переживание человеком его отношения к другим людям, к обществу, к правилам и нормам общежития. Возникают при сравнении явлений действительности с об-

щественными нормами после их принятия. К положительным моральным чувствам относят чувства доброжелательности, жалости, нежности, симпатии, дружбы, товарищества, коллективизма, патриотизма, долга и т. д. К отрицательным моральным чувствам относят чувства индивидуализма, эгоизма, вражды, зависти, злорадства, ненависти и т. д.

Чувства интеллектуальные – чувства, связанные с познавательной деятельностью и регулирующие интеллектуальную активность личности. К этим чувствам относят чувства интереса, удовлетворения от интеллектуальной деятельности, любви к истине, сомнения, удивления, юмора и пр. Интеллектуальные чувства позволяют преодолевать трудности, поддерживают стремления к поиску истины. Поэтому так поразительна работоспособность у некоторых ученых.

Чувства эстетические – своеобразная окраска ощущений, характеризующих наше отношение к отдельным качествам предмета. Переживание прекрасного и уродливого в природе, жизни, искусстве, человеке и др. Связаны с пониманием гармонии, возвышенного, трагического, комического. Огромное влияние на эмоциональные состояния человека оказывает искусство. Так, чувство трагического проявляется у человека при сопереживании трагических ситуаций других людей (катарсис).

Катарсис (англ. cathexix – энергия, затраченная на представление понятий, идей, образов, символов) – первоначально понятие катарсиса относилось к состоянию эмоционального потрясения, внутреннего очищения, которое вызывалось у зрителей античных трагедий в результате переживания за судьбу героя, которая, как правило, завершалась смертью. Катарсис – соприкосновение со страданиями людей, сопереживание трагедии.

Чувства практические (праксические) (греч. praktikos – деятельный) – чувства, связанные с деятельностью человека (досада, удовольствие, творческий подъем и пр.).

Страсти – абсолютно доминирующие чувства, которые захватывают человека и владеют им. Это, как правило, сильно выраженное увлечение человека чем-либо или кем-либо, сопровождающееся глубокими эмоциональными переживаниями, связанными с соответствующим объектом.

СВОЙСТВА И ЗАКОНОМЕРНОСТИ

Различные эмоции по-разному влияют на деятельность человека Одни эмоции вызывают прилив сил (стенические), другие – упадок

сил, нежелание что-либо делать (астенические). Человек может переживать одновременно и противоположные эмоции (амбивалентные).

Эмоции оказывают влияние на формирование личности, превращаясь в ее эмоциональные свойства. К эмоциональным свойствам относят эмоциональную возбудимость, глубину переживания эмоций (эмоциональная глубина), эмоциональную лабильность-ригидность, эмоциональную устойчивость, эмоциональную отзывчивость, экспрессивность, оптимизм-пессимизм.

Эмоции стенические (греч. sthenos – сила) – повышающие активность, вызывающие прилив энергии и подъем.

Эмоции астенические – противоположны стеническим. Обычно человек переживает либо положительную, либо отрицательную эмоцию. Однако возможна и амбивалентность.

Амбивалентность – одновременное переживание противоположных эмоций и чувств (например, радости и горя, смеха и печали).

Тревога – ощущение неосознанной угрозы, чувство опасения и тревожного ожидания или чувство неопределенного беспокойства.

Защита психологическая – механизм противостояния тревоге. Специальная регулятивная система стабилизации личности, направленная на устранение или сведения до минимума чувства тревоги, связанного с осознанием какого-либо конфликта.

Фрустрация – психическое состояние человека, вызванное объективно непреодолимыми трудностями, возникшими при достижении цели или решении задачи. Это одна из форм стресса, переживание неудачи, сопровождающееся чувством безысходности в достижении желаемой цели.

Тревожность – склонность индивида к переживанию тревоги, состояние осознанного или неосознанного ожидания воздействия стрессора, фрустратора. Тревожность обычно предшествует страху.

РАЗВИТИЕ

Известно, что с первых минут жизни младенец проявляет эмоциональные реакции. Наличие одинаковых реакций у слепых и зрячих детей подтверждает факт генетической составляющей в эмоциональных проявлениях. Обнаружено, что новорожденные способны различать выражения счастья, печали и удивления, а в более позднем возрасте – радость, гнев и нейтральные выражения и затем научается их имитировать. Развитие и совершенствование мимики

идет вместе с развитием психики начиная с младенческого возраста, а с ослаблением нервно-психической возбудимости в старческом возрасте мимика слабеет, сохраняя черты, наиболее часто повторяющиеся в жизни и поэтому глубже врезавшиеся вовнешний облик лица.

Эмоциональное развитие идет от непосредственных, единичных и частных проявлений к общим, абстрактным и избирательным. Меняются и способы реагирования на те или иные эмоции. Например, удаляющееся лицо матери не вызовет особой реакции у трехмесячного младенца, в то время как 13-месячный ребенок отреагирует на это сердитым протестом, а 13-летний подросток может даже обрадоваться.

В процессе онтогенеза развивается способность использования эмоциональной экспрессии в качестве средства общения. В исследованиях обнаружено, что с возрастом возрастает контроль над отрицательными эмоциями, а в отношении положительных эмоций остается неизменным.

С увеличением возраста улучшается распознание эмоций по выражению лица.

Правда, в возрасте 11–13 лет наблюдается временная регрессия в распознании ряда эмоций. На протяжении школьного возраста меняется тревожность:

– в младшем школьном возрасте – относительная стабильность;

– в старшем подростковом возрасте (8 – 9 классы) – резкий всплеск;

– в 10-м классе уровень тревоги – резко снижается;

– перед выпуском из школы – резко повышается.

С возрастом происходит расширение и усложнение знаний об эмоциях.

Развитие эмоциональной сферы ребенка во многом зависит от эмоциональной атмосферы семьи.

НАРУШЕНИЯ

К патологическим изменениям эмоциональных свойств личности относят аффективные: возбудимость, слабость, вязкость, истощаемость.

Аффективная возбудимость. Это склонность к чрезмерно легкому возникновению бурных, эмоциональных вспышек, неадекватных вызвавшей их причине. Одной из форм проявления аффективной возбудимости является раздражимость.

Аффективная слабость характеризуется чрезмерной эмоциональной чувствительностью ко всем внешним раздражителям. Разновидностью аффективной слабости является гневливость (склонность к быстрому возникновению аффекта гнева).

Аффективная вялость. Это аффективная инертность, ригидность в сочетании со склонностью к «застреванию» прежде всего на неприятных переживаниях. Может сопровождаться патологической злопамятностью.

Аффективная истощаемость характеризуется кратковременностью ярких эмоциональных проявлений (гнева, злобы, горя, радости и т. п.), после которых наступают слабость и безразличие.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

Люди отличаются друг от друга как в переживаниях отдельных эмоций, так и в сформировавшихся эмоциональных свойствах личности. Так, бурная радость у одного человека проявляется в бурных реакциях (крики, подпрыгивание и т.д.), а у другого – лишь в широкой улыбке и сдержанной вокальной мимике. У одного человека проявляется «стресс льва», у другого – «стресс кролика».

К индивидуальным эмоциональным свойствам относят эмоциональную возбудимость, глубину переживания (эмоциональная глубина), эмоциональную лабильность-ригидность, эмоциональную устойчивость, эмоциональную отзывчивость, экспрессивность, оптимизм-пессимизм.

Эмоциональная возбудимость – эмоциональная готовность эмоционально реагировать на значимые для человека раздражители. Проявляется в раздражительности, вспыльчивости.

Эмоциональная глубина – интенсивность переживаний, сила эмоций.

Эмоциональная лабильность-ригидность – эмоциональная лабильность (подвижность, переключаемость) характеризуется тем, что человек, быстро реагируя на смену ситуаций, обстоятельств и партнеров, свободно выходит из этих эмоциональных состояний и входит в другие. Эмоциональная ригидность отличается косностью эмоций, их стабильностью.

Эмоциональная устойчивость – характеризуется эмоциональной невозмутимостью, слабой впечатлительностью, то есть отсутствием реакции на эмоциогенные раздражители.

Экспрессивность – значительная выраженность эмоций через мимику, жесты, голос, двигательные реакции.

Эмоциональная отзывчивость – восприимчивость, чувствительность – близка по смыслу к эмоциональной возбудимости.

Оптимизм-пессимизм (лат. optimus – наилучший и pessimus – наихудший). Оптимизм характеризует положительную систему взглядов человека о мире, о происходящих и ожидаемых событиях. Эмоциональный тон восприятия жизни и ожидания будущего оптимиста светлый, радостный. Пессимист имеет негативную систему взглядов на жизнь и мир и настроение безысходности.

МЕТОДЫ ИЗУЧЕНИЯ

Экспериментальное

Открытие центров наслаждения и центров страдания.

В 1950 г. в экспериментах (Д. Олдза и П. Милнера) в мозг крысы вживляли в разные участки мозга электрод, соединенный с педалью в клетке. Крыса случайно нажимала лапкой на педаль и, если электрод находился в центре страдания, то она больше не подходила к педали. Если же электрод оказывался в центре наслаждения, крыса нажимала на педаль до двух тысяч раз подряд. Так, вживляя электроды в разные участки мозга и наблюдая за поведением крысы, была открыта эмоциональная карта мозга.

Диагностическое

В психологии используются разнообразные методики для изучения эмоций и чувствю

Например, такие как:

– методики наблюдения;

– шкала дифференциальных эмоции;

– методика САН (самочувствие, активность, настроение);

– методика «Диагностика эмоционального выгорания» В.В. Бойко;

– методика определения личностной тревожности Ч. Спилбергера;

– методика определение агрессивности Баса–Дарки; и др.

ПОНЯТИЕ

Психические состояния как область научного исследования слабо разработаны. Однако значение психических состояний в жизни и деятельности человека исключительно велико.

Они оказывают существенное влияние на деятельность, поведение, межличностное общение, формирование личности и саморегуляцию и пр. Психические состояния занимают промежуточное место между процессами и свойствами личности и характеризуют активность психической деятельности «здесь и теперь».

Психические состояния – это целостная реакция личности на внешние и внутренние стимулы, направленная на достижение полезного результата деятельности или адаптационного процесса.

ФУНКЦИИ

Для психических состояний характерны различные функции.

Одна из главных функций – **регулятивная** (адаптация к окружающей ситуации и среде). Психические состояния выступают и как **форма саморегуляции** психики, и как один из важнейших механизмов интеграции человека как целостности – как единство его духовной, психической и телесной организации.

Адаптационная функция состояния заключается в установлении соответствия между актуализированными потребностями индивида и его возможностями и ресурсами с учетом конкретных условий существования, особенностей деятельности и поведения. Эта функция позволяет сохранять на максимально возможном уровне здоровье, способность к адекватному поведению и успешной деятельности, возможность полноценного личностного развития.

Психические состояния одновременно являются **формой интеграции** текущих изменений организма, и динамики психических процессов, и актуальных особенностей как отдельных сфер личности, так и личности в целом (ее развития).

КЛАССИФИКАЦИЯ ВИДОВ

Психические состояния отличаются богатым разнообразием. В психологической науке представлены достаточно разнообразные классификации психических состояний.

Так, вариант классификации представлен в работе (В.А. Ганзен, В.Д. Юрченко, 1976).

Таблица 4

Классификация психических состояний человека (сокращенный вариант)

Психические состояния				
Волевые состояния («разрешение-напряжение»)		Аффективные состояния («неудовольствие-удовольствие»)		Состояния сознания («сон-активация»)
Практические состояния	Мотивационные состояния	Гуманитарные состояния	Эмоциональные состояния	Состояния внимания
Утомление	Скука	Симпатия	Стресс	Рассеянность
Монотония	Паника	Синтония	Эмоциональное выгорание	Сосредоточенность (синойя)
Пресыщение	Тревога	Восхищение	Эйфория	Сон
и др.	и др.	и др.	и др.	и др.

Каждые 24 часа своей жизни человек испытывает определенные повторяющиеся состояния (функциональные): бодрствование, утомление, релаксацию, сон. Смена состояний способствует лучшему запоминанию событий и приобретению опыта.

Кроме этих состояний человек может испытывать еще огромное число различных состояний и их оттенков. Наиболее изученными в науке являются волевые и аффективные состояния. Некоторые из них мы рассмотрим.

Бодрствование – функциональное состояние, связанное с напряжением физиологических и психических механизмов регуляции деятельности. Это оптимальное рабочее состояние, и человек в этом состоянии действует эффективно. Бодрствование способствует самореализации личности, но далее переходит в утомление.

Утомление – временное снижение работоспособности под влиянием длительного воздействия нагрузки (физической или интеллектуальной и др.). Проявляется утомление в повышении инертности нервных процессов (на физиологическом уровне), в снижении чувствительности, нарушении памяти, внимания, сдвигах в эмоциональной сфере и др.(на психологическом уровне), а также в снижении производительности труда, умений, скорости и точности деятельности (на поведенческом уровне).

Релаксация – состояние успокоения, расслабления, восстановления. Релаксация может протекать непроизвольно, то есть организм сам восстанавливает силы, но может и произвольно вызванной с помощью тренинга, лекарств, гипноза и пр.

Сон – периодически возникающее функциональное состояние, проявляющееся в расслаблении, обездвиженности, близкое к релаксации.

Монотония – психическое состояние, характеризующееся снижением уровня жизнедеятельности, наступающее в результате воздействия однообразных раздражителей. Проявляется в притуплении внимания, снижении его способности к переключению, снижении сообразительности, ослаблении воли, сонливости. При этом развивается неприятное эмоциональное переживание, сопровождающееся стремлением выйти из этой гнетущей обстановки, «встряхнуться», активизироваться. Монотония может превращаться в стойкое состояние скуки.

Скука – стойкое мотивационное состояние, которое возникает даже при разнообразной, но неинтересной работе. Скука оказывает влияние на качество деятельности и межличностные отношения.

Пресыщение – переживание человеком чувства отвращения к выполняемой работе, которое состоит в том, что в результате длительного выполнения какой-либо однообразной деятельности у человека наступает просто нежелание ее выполнять, а затем при ее дальнейшем выполнении резко отрицательное к ней отношение (вплоть до аффекта) и настойчивое стремление ее прекратить. Это состояние не связано с утомлением.

Паника – мотивационное психическое состояние, связанное с проявлениями массового страха перед реальной или воображаемой угрозой, состояние периодического испуга, ужаса, нарастающего в процессе взаимного заражения ими.

Эмоциональное выгорание – психическое состояние здоровых людей, находящихся в интенсивном и тесном общении с клиентами, пациентами в эмоционально насыщенной атмосфере при оказании профессиональной помощи. Может возникать в замкнутых рабочих коллективах, выполняющих длительное время (до полугода) совместную деятельность. Эмоциональное выгорание проявляется в эмоциональном и/или физическом истощении: ощущении эмоционального напряжения и чувстве опустошенности. При этом возникает равнодушное и даже негативное отношение к людям, обслужи-

ваемым по роду работы, следствиями чего являются раздражительность и конфликтность.

Эмоциональное выгорание приводит также к снижению продуктивности труда, самооценки своей компетентности, росту недовольства собой и негативному отношению к себе как личности.

Тревога – состояние неосознанной угрозы, чувство опасения и тревожного ожидания или чувство неопределенного беспокойства. Тревога, закрепившись, становится свойством личности.

Тревожность – склонность индивида к переживанию тревоги, состояние осознанного или неосознанного ожидания воздействия стрессора, фрустратора. Тревожность – достаточно устойчивое свойство личности.

Стресс (англ. stress – напряжение, давление) – состояние напряжения, возникающее под влиянием сильных воздействий. (см. Стресс в теме «Эмоции и чувства»).

Фрустрация (англ. frustration – расстройство, срыв планов, крушение) – специфическое эмоциональное состояние, которое возникает в тех случаях, когда человек на пути достижения цели сталкивается с препятствиями и сопротивлениями, которые или реально непреодолимы, или воспринимаются как таковые. Поведение в состоянии фрустрации может быть как конструктивным, так и неконструктивным. Конструктивное поведение характеризуется усилением мотивации, пересмотром ситуации, адаптивными стремлениями. Неконструктивное – разными видами агрессии, самоуспокоением и др.

Симпатия (греч. sympatheia – влечение, внутреннее расположение) – это устойчивое положительное (одобрительное, хорошее) отношение к кому-либо или к чему-нибудь (другим людям, их группам, социальным явлениям), проявляющееся в приветливости, доброжелательности, восхищении, побуждающее к общению, оказанию внимания, помощи. Противоположное состояние – антипатия.

Синтония (греч. syntonia – согласованность).

Восхищение – высшее удовлетворение, восторг.

Эйфория – психическое состояние (настроение), которое характеризуется беспечностью, безмятежностью, благодушием, беззаботностью и в то же время безразличным отношением к серьезным сторонам и явлениям жизни. Эйфорическое состояние обладает наркотическими свойствами – оно активизирует психику, и к нему человек привыкает. Чтобы вызвать его, человеку нужны алкоголь, наркотики, а артисту или спортсмену – зрители.

Сосредоточенность – психическое состояние сосредоточенности сознания на определенном объекте или группе объектов в течение некоторого времени. Внешняя сосредоточенность выражается в ослаблении или полном прекращении движений, напряженной мимике. Внутренняя сосредоточенность – такое психическое состояние, при котором в фокусе сознания находятся мысли и переживания (внутренние монологи).

Рассеянность – психическое состояние, которое характеризуется отклонением внимания и тем самым нарушениями в умственной ориентировке. Под рассеянностью понимают разные слабости внимания (общее ослабление внимания, при котором человек не может ни на чем сосредоточиться; чрезмерная подвижность внимания; слишком большая сосредоточенность на чем-то, которая сочетается с невнимательностью ко всему другому(«профессорская»).

УПРАВЛЕНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНЫМИ СОСТОЯНИЯМИ

Эмоции не всегда желательны. Избыточные эмоции могут дезорганизовать деятельность или общение. С другой стороны, эмоциональный подъем, хорошее настроение им способствуют. Поэтому желательно научиться управлять эмоциями: контролировать их внешнее выражение, вызывать желательные эмоции и устранять нежелательные эмоциональные состояния. Контроль экспрессии эмоций проявляется в трех формах: «подавлении», то есть сокрытии выражения переживаемых эмоциональных состояний; «маскировке», то есть замене переживаемого эмоционального состояния выражением эмоции, не переживаемой в данный момент; «симуляции», то есть выражении непереживаемых эмоций.

Способность **контролировать выражение своих эмоций** имеют значительные индивидуальные различия: по форме (подавление, маскировка, симуляция); по знаку эмоций; возраста; культуры и т.д. Так в западной культуре не принято, например, показывать не только положительные, но и отрицательные эмоции.

Многие виды деятельности человека (научная, актерская, спортивная и т.д.) требуют вдохновения, душевного подъема. Для этого нужно научиться **вызывать нужные эмоции**.

Среди приемов, которые человек использует для вызова желательных эмоций, выделяют два:

1. Актуализация эмоциональной памяти и воображения и смех. Человек вспоминает ситуации из своей жизни, которые сопровождались у него сильными переживаниями, эмоциями радости или

огорчения, воображает некоторые значимые для него ситуации. Использование этого приема предполагает определенную тренировку.

Положительное влияние на эмоциональную сферу личности оказывает смех.

2. Использование для вызова эмоций музыки. Экспериментально установлена зависимость определенных эмоциональных состояний от характера музыкального произведения.

Для устранения нежелательных эмоций используется психическая регуляция, связанная с воздействием извне (другого человека, музыки, цвета, природного ланшафта), либо с саморегуляцией. Саморегуляция включает: 1) изменение направления своего сознания путем отключения сознания от эмоциогенных обстоятельств; переключения сознания на какое-то интересное дело; снижения значимости предстоящей деятельности; 2) использование защитных механизмов; 3) использование дыхательных упражнений.

Защита психологическая – механизм противостояния тревоге. Специальная регулятивная система стабилизации личности, направленная на устранение или сведения до минимума чувства тревоги, связанного с осознанием какого-либо конфликта. З. Фрейд выделил несколько таких защит.

Уход – физическое или мысленное бегство от слишком трудной ситуации.

Идентификация – процесс присвоения установок и взглядов других людей.Человек перенимает установки могущественных в его глазах людей и, становясь похожим на них, меньше чувствует свою беспомощность, что приводит к снижению тревоги.

Проекция – приписывание своих собственных асоциальных мыслей и поступков кому-то другому.

Смещение – подмена реального источника гнева или страха кем-то или чем-то (вымещение зла на объекте, не имеющем отношения к ситуации, вызвавшей гнев).

Отрицание – отказ признать, что какая-то ситуация или события имеют место. Например, мать отказывается верить, что ее сын погиб.

Вытеснение – крайняя форма отрицания, бессознательный акт стирания в памяти пугающего или неприятного события, вызывающего тревогу, отрицательные переживания.

Регрессия – возвращение к более онтогенетически ранним, примитивным формам реагирования на эмоциогенную ситуацию.

Реактивное образование – поведение, противоположное имеющимся мыслям и желаниям, вызывающим тревогу, с целью их маскировки. Например, чтобы скрыть свою влюбленность, подросток будет проявлять агрессию к объекту обожания.

ТЕМА 15 • ВОЛЯ

ПОНЯТИЕ

Воля – процесс сознательного регулирования человеком своего поведения и деятельности, выраженный в умении преодолевать внутренние и внешние трудности при совершении целенаправленных действий и поступков.

В психологии проблема воли существует в двух вариантах: первый представлен традиционной проблемой самодетерминации, второй – проблемой саморегуляции. Волевая регуляция в варианте самодетерминации, по мнению ученых, происходит через изменение смысла действия, обеспечивающего его побуждение, или, наоборот, его торможение. Изменение смысла действия – необходимый психологический механизм волевого действия. Так, по мнению Л.М. Веккера, регуляция поведения и деятельности может проходить на трех уровнях: сенсорно-перцептивном, произвольном и волевом:

1) на сенсорно-перцептивном уровне образы, регулирующие движения и действия, управляют поведением субъекта вне зависимости от его желания (непроизвольные);

2) на произвольном уровне действия регулируются сознательно и предполагают намерения, планомерность, контроль. Здесь действия производятся самим субъектом по определенному мотиву и не нуждаются в волевой регуляции, так как компоненты личности остаются невключенными;

3) волевая регуляция возникает тогда, когда человек встречается с препятствиями, трудностями внешними (время, пространство, физические свойства вещей) или внутренними (отношение, усталость, страдания). На этом уровне личность становится субъектом деятельности. В этом случае человек вынужден создавать дополнительные мотивы (смыслы действия) и действие выполняется не ради первоначального мотива, а ради личностных ценностей человека или других людей. Таким образом, ***волевая регуляция – это подключение к непосредственным мотивам личностно значимых, чаще нравствен-***

ных. Чем более нравственен человек, тем легче он осуществляет волевые действия.

Волевая регуляция есть высший уровень регуляции, являющийся разновидностью произвольного регулирования, особой формой его проявления. Этой точки зрения придерживаются В.А. Иванников, Л.М. Веккер и др.

В настоящее время наиболее перспективным является системное изучение процессов, принимающих участие в регуляции деятельности и поведения человека, овладения им собой (К.А. Абдульханова-Славская, О.А. Конопкин, В.К. Калин, Т.И. Шульга и др.).

Волевая регуляция как высший уровень произвольной регуляции нацелена на совершенствование деятельности и поведения человека, а в конечном итоге на изменение его личности, то есть волевая регуляция, с одной стороны, направлена на изменение результатов конкретной деятельности, а с другой – на самоизменение. Функциональная структура процесса волевой регуляции состоит из трех компонентов: 1) мотивационно-побудительное звено (цель, мотивы); 2) исполнительское звено (способы действий и поведения как внешние, предложенные кем-то, так и внутренние, выработанные самим; 3) оценочно-результативное звено (результаты действий и результаты самоизменения субъекта).

Волевая регуляция – высший уровень произвольной регуляции. Она характеризуется намерением, целенаправленностью, осознанностью, принятием решений, идущих от субъекта. Волевая регуляция реализуется в условиях преодоления субъективных и объективных трудностей, изменений в мотивационно-побудительной сфере деятельности и нацелена на совершенствование субъектом своего поведения, деятельности и собственной личности.

Действия произвольные – действия, совершаемые с постановкой цели, свободно выбранные, осознанные и мотивированные.

Действия непроизвольные – действия, совершаемые без постановки цели, неосознаваемые, совершаемые под воздействием восприятия.

Действия импульсивные – действие, «запущенное» стимулом, совершаемое мгновенно, без обдумывания, оно кратковременное и нередко немотивированно.

Действия волевые – действия, характеризующиеся следующими особенностями: а) имеющие целенаправленный характер; б) поставленная цель осознается (отражается во второй сигнальной системе, то есть обозначается конкретными словами); в) на пути к цели преодолеваются внешние (внутренние) трудности.

ФУНКЦИИ

Воля выполняет четыре функции.

1. Побудительная и направляющая на достижение поставленной цели при преодолении трудностей. Волевая активность характеризуется надситуативностью, то есть выходом за пределы исходных целей, требований ситуации.

2. Тормозная функция воли проявляется в сдерживании нежелательной активности, мотивов и действий, не соответствующих мировоззрению, идеалам и убеждениям личности.

3. Регулирующая функция выражается в произвольной, сознательной регуляции действий, психических процессов и поведения, в преодолении препятствий.

4. Развивающая функция состоит в том, что волевая регуляция направлена на совершенствование субъектом своего поведения, деятельности, на изменение собственной личности.

МЕХАНИЗМЫ

Волевая деятельность связана с равновесием возбуждения и торможения. При ослаблении процесса возбуждения у человека возникает апатия, при притуплении процесса торможения развивается большая активность. Механизм волевого действия функционирует на основе первой и второй сигнальных систем. На основе временных связей между различными центрами коры мозга складываются и закрепляются самые разнообразные ассоциации и их системы, что и создает условия целенаправленного поведения. Регулятор волевой деятельности – лобные доли коры больших полушарий. В них происходит сличение достигнутого в каждый данный момент результата с предварительно составленной программой. Функцию регуляции выполняют специальные пирамидальные клетки мозга. При поражении этих клеток наступает паралич или неловкость движений, теряются навыки.

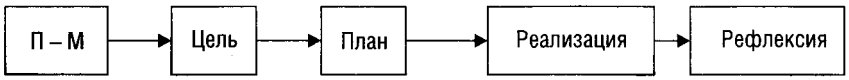


Рис. 36. Механизм произвольного действия
(П – потребность, М – мотив)

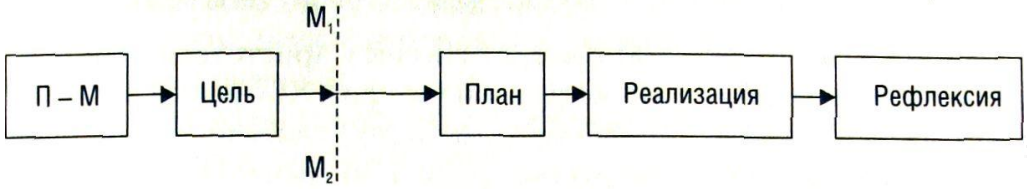


Рис. 37. Механизм волевого действия
(П – потребность, М – мотив; $М_1$, $М_2$ – полполнительные мотивы)

Структура волевого акта

1. Побуждение к действию (потребности, мотивы).

2. Препятствие и борьба мотивов (подключение других мотивов – ценностей личности). Борьба мотивов может продолжаться достаточно долго, или действие прекращается из-за недостатка должной мотивации.

3. Принятие решения.

4. Исполнение действия, сопровождающееся волевым усилием. Этот этап может быть также достаточно продолжительным или не выполняться вообще.

5. Рефлексия (самоконтроль, самооценка).

6. Завершается волевое действие удовольствием от его успешного выполнения или извлечением «урока», если оно не достигло желаемого результата. В любом случае в результате совершения волевого акта происходит развитие личности.

То, как субъект оценит результат волевого действия, зависит от сложившегося у личности типа контроля (локуса контроля).

Локус – место расположения чего-то.

Локус контроля (интернальный – внутренний) – устойчивое качество личности, выражающееся в принятии человеком ответственности за совершенные им действия и происходящие с ним события, объясняя их своим поведением, ошибками и т.п.

Локус контроля (экстернальный – внешний) – устойчивая склонность личности приписывать ответственность за все происходящее с ней внешним факторам (случайности, обстоятельствам и др.).

Рефлексия (лат. reflexio – отражение, обращение назад) – внутренняя психическая деятельность человека, направленная на осмысление своих собственных действий и состояний; самопознание человеком своего духовного мира.

ТЕОРИИ ВОЛИ

Упоминание о воле можно встретить еще у Аристотеля. Одной из широко известных теорий воли в философии XIX в. был волюнтаризм. Волюнтаристы (Шопенгауэр, Ах и др.) считали волю особой надприродной силой, которая определяет ход психических процессов и свободный выбор поведения. Они понимали волю как абсолютную свободу, не связанную с обществом. Представители другой механистической теории воли (Ч. Ломброзо и др.) полностью отрицали свободу воли человека и полагали, что воля полностью зависит от обстоятельств, в которых находится человек (человек – безвольная игрушка природы). В последние годы развивается концепция, согласно которой поведение человека понимается изначально активным, способным самостоятельно выбирать формы поведения, адекватные познанным им законам природы и общества, а также собственному личностному смыслу (Франкл, Рубинштейн, Иванников и др.).

СВОЙСТВА И ЗАКОНОМЕРНОСТИ

Воля обладает определенными качествами: силой, устойчивостью и широтой.

Сила воли – степень возбуждения волевого усилия.

Устойчивость воли – постоянство проявления в однотипных ситуациях.

Широта воли – количество видов деятельности (спорт, учеба, работа и т.п.), в которых проявляется воля.

Воля неразрывно связана с личностью и проявляется в ее качествах. Одна из классификаций (В.А. Иванников) выделяет три блока волевых качеств личности:

1) *морально-волевые качества* (ответственность, обязательность, энергичность, инициативность, самостоятельность, дисциплинированность);

2) *эмоционально-волевые* (целеустремленность, выдержка, терпение, спокойствие;

3) *собственно волевые* (смелость, мужество, решительность, настойчивость).

Ответственность – внешний или внутренний контроль над деятельностью, отражающий социальное, морально-правовое отношение к обществу, выражающееся в выполнении принятых нравственных и правовых норм и правил, своего долга.

Обязательность (исполнительность) – качество воли, проявляющемся в точном, неукоснительном и систематическом исполнении принимаемых решений.

Инициативность – способность предпринимать попытки к реализации возникших у человека идей.

Самостоятельность – способность осознанно принимать решения и умение не поддаваться влиянию различных факторов, препятствующих достижению поставленной цели, способность критически оценивать советы и предложения других людей, действовать на основе своих взглядов и убеждений и при этом вносить в свои действия коррективы, сформированные на основе полученных советов.

Дисциплинированность – сознательное подчинение своего поведения общественным нормам, установленному порядку.

Целеустремленность – сознательная и активная направленность личности на достижение определенного результата деятельности.

Выдержка (самообладание) – умение сдерживать свои чувства, когда это требуется, недопущение импульсивных и необдуманных действий, умение владеть собой и заставлять себя выполнять задуманное действие, а также воздерживаться от того, что хочется делать, но что представляется неразумным или неправильным.

Смелость – умение побороть страх и идти на оправданный риск ради достижения цели, несмотря на опасности для личного благополучия.

Мужество – высокая степень самообладания, которая ярко проявляется в сложных и опасных обстоятельствах, в борьбе с необычными трудностями. Мужество – сложное качество. Оно предполагает наличие смелости, выдержки и настойчивости.

Решительность – отсутствие излишних колебаний и сомнений при борьбе мотивов, своевременное и быстрое принятие решений. Примером противоположного качества – нерешительности является ситуация «Буриданова осла», который, не решаясь съесть одну из равных охапок сена, так и умер с голоду.

Настойчивость – умение человека мобилизовать свои возможности для длительной борьбы с трудностями. Нельзя путать с упрямством и негативизмом.

Негативизм – немотивированная, необоснованная склонность действовать наперекор другим людям, противоречить им, хотя разумные соображения не дают оснований для таких поступков.

Упрямство – упрямый человек всегда старается настоять на своем, несмотря на нецелесообразность данного действия, руковод-

ствуется не доводами разума, а личными желаниями, вопреки их несостоятельности.

РАЗВИТИЕ

Исследования отечественных психологов показали, что уже на первом году жизни начинают формироваться произвольные движения, а со второго года жизни поведение ребенка определяется не только наличной ситуацией, но и представляемой (первая стадия развития воли). В два–три года складывается регулирующая функция речи. С двух–двух с половиной лет дети начинают действовать на основе соподчинения мотива (Л.И. Божович). Способность преодолевать непосредственные желания, соподчинять мотивы и устанавливать отношение мотива к цели проявляется только при наличии внешних средств, в роли которых чаще всего выступает само присутствие взрослого или других детей, а также соответствующих предметов, при этом наибольшая побудительная сила остается все же за игровыми мотивами. Показано, что уже в четырехлетнем возрасте развивается контроль за своими действиями, а нарушение правил поведения со стороны других людей замечается с трех лет. Исследования волевой регуляции школьников (Т.И. Шульга) показали, что:

– становление мотивационно-побудительного звена волевой регуляции в возрастном аспекте характеризуется ростом силы мотива и целей, самостоятельности, осознанности и переструктурированием мотивационной сферы. Наиболее выражены эти показатели в младшем школьном возрасте;

– становление исполнительского звена характеризуется расширением с возрастом (особенно в подростковом) диапазона используемых способов самоуправления, преобладанием среди них самостоятельно выработанных. Они становятся более гибкими и адекватными требованиям ситуаций;

– оценочно-результативное звено с возрастом усиливается во всех сферах жизни, а результаты самоизменения становятся более выраженными. Сензитивный период для формирования этого звена волевой регуляции – старший школьный возраст.

Развитие волевой регуляции прежде всего связано с формированием богатой мотивационно-смысловой сферы личности.

НАРУШЕНИЯ

Одним из наиболее важных нарушений волевой сферы является нарушение **структуры иерархии мотивов**. Другим нарушением **счи-**

тается формирование патологических потребностей и мотивов (Б.В. Зейгарник). Проявляются эти нарушения различными симптомами: снижением волевых процессов (гипобулия) или чрезмерной активностью (гипербулия). Симптомы гипобулии могут быть весьма разнообразными. Наиболее часто встречаются нарушения воли: апатия, абулия (анорексия, булемия), симптом аутизма, гипербулия.

Апатия (греч. apatheia – бесстрастие) – психическое состояние, проявляющееся в потере интереса, безразличии к окружающему, падении активности психики.

Абулия – нарушение воли, частичное или полное отсутствие желания и побуждений к деятельности (анорексия, булемия и др.).

Анорексия – отсутствие аппетита, подавление желания есть.

Булемия – патологическое желание постоянно часто и много есть.

Гипербулия – нарушение поведения в виде двигательной расторможенности (возбуждения) (импульсивные, стереотипичные действия и др.).

Аутизма симптом – утрата больным потребности общаться с окружающими, формирование патологической замкнутости, отгороженности, нелюдимости.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

Люди различаются друг от друга: по силе воли, по форме проявления чего и др. Установлена зависимость силы воли от типа нервной системы (у лиц с сильной нервной системой воля более развита). Индивидуальные различия проявляются также в степени сформированности волевых качеств личности.

МЕТОДЫ ИЗУЧЕНИЯ

Экспериментальное

В качестве примера экспериментального исследования воли приведем изучение волевого усилия в интеллектуальной деятельности с использованием методики «Нерешаемые задачи». Детям дошкольного и младшего школьного возраста предлагалось собрать три картинки. Первая картинка состояла из одного предмета, разделенного на несколько (4–6) частей и собиралась относительно легко. Вторая картинка состояла из двух предметов – большого и маленького (также разделенных на 4–6 частей); эту картинку дети собирали также легко и достаточно быстро, но требовалось некоторое соображе-

ние, рассуждение, чтобы ее собрать. Наконец, детям предлагалось собрать картинку, также состоящую из двух предметов и разделенную на 4–6 частей, которая решения не имела – по замыслу эксперимента, отсутствовала одна из частей. Фиксировались время выполнения всех трех заданий, а также особенности поведения детей и объяснение причин отказа от деятельности при манипулировании с третьей картинкой.

Диагностическое

Для измерения волевого усилия в физической деятельности используется методика «**Динамометрия**» **(И.И.Купцов).**

Для изучения уровня развития волевых качеств используется метод «**Экспертные оценки**», где эксперты оценивают различные характеристики действий испытуемых (длительность решения задачи, число попыток, концентрированность усилий, наличие колебаний в процессе принятия решений).

Методика для диагностики уровня субъективного контроля **(СК)** и многие другие.

РАЗДЕЛ 3

психические свойства личности

ТЕМА 16 • ЛИЧНОСТЬ

ПОНЯТИЕ

Личность является предметом изучения разных наук: философии, социологии, педагогики, семантики, медицины и пр. Однако каждая научная область изучает личность со своей точки зрения. Эта фундаментальная категория не может быть понята без представления о таких понятиях, как человек, индивид, индивидуальность.

Человек (Homo sapiens – человек разумный) – род Homo отряда приматов, из которых единственным выжившим видом является Homo sapiens. Понятие «человек» означает принадлежность к человеческому роду.

Индивид – отдельное живое существо, представитель биологического вида.

Человек рождается индивидом, а затем становится личностью благодаря вхождению каждого конкретного индивида в общественные отношения и «интериоризации» этих отношений. Процесс превращения индивида в личность называется персонализацией.

Персонализация – процесс превращения человека в личность, приобретение им индивидуальности.

Понятие «личность» в современной психологии понимается неоднозначно.

Личность – 1) человек как субъект социальных отношений и сознательной деятельности; 2) системное качество индивида, определяемое включенностью в социальные связи, которое формируется в совместной деятельности и общении.

В различных психологических направлениях и концепциях (в психоанализе, бихевиоризме, в концепциях К. Левина, А. Маслоу,

Г. Олпорта, К. Роджерса) личность трактуется по-своему. В отечественной психологии личность выступает в единстве биологического и социального, но природные свойства и особенности индивида выступают в личности как социально обусловленные элементы (С.Л. Рубинштейн). Так, например, мозговая патология обусловлена биологически, а изменение в связи с этим характера (личности) связано с социальной детерминацией. Индивид в процессе социализации не только изменяет мир, но и изменяется сам. Он становится личностью.

Индивидуальность (от лат. individuum – неделимое) – системная организация человека как интегральная целостность, включающая различные уровни его психической организации. Индивидуальность – это те индивидуальные и личностные свойства человека, такое их сочетание, которое отличает данного человека от других людей, личность в ее своеобразии.

ФУНКЦИИ

Личность обеспечивает индивидуальное своеобразие, временную и ситуативную устойчивость поведения человека. От личности зависит, как функционируют психические процессы, которые являются функциями личности. Они у человека не остаются спонтанными процессами, а превращаются в сознательные регулируемые операции, которые он направляет на решение своих задач (например, восприятие превращается в сознательное наблюдение, эмоции и воля обусловлены развитием личности и т.д.).

ТЕОРИИ ЛИЧНОСТИ

Теории личности – это совокупность гипотез или предположений о природе и механизмах развития личности.

Основные вопросы, на которые должна дать ответ теория личности, это:

– Что есть личность? Какова ее структура?

– Каковы источники ее развития (врожденные или приобретенные)?

– Что доминирует в личности: сознание или бессознательное?

– Обладает ли личность свободой воли?

– Является ли внутренний мир человека субъективным или объективным и может ли быть выявлен с помощью объективных методов?

– Какими методами изучалась и др.

В науке сложилось восемь устойчивых теорий личности: психоаналитическая (З. Фрейд), аналитическая (К. Юнг), индивидуальная (А. Адлер), когнитивная (Дж. Келли), гуманистическая (А. Маслоу, К. Роджерс), поведенческая (А. Бандура), деятельностная (А.Н. Леонтьев), диспозиционная (Г. Одпорт). Существуют и другие подходы, а также постоянно возникают новые.

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕОРИИ ЛИЧНОСТИ

***Психодинамическая* (З. Фрейд).** В рамках этой теории личность есть система сексуальных и агрессивных мотивов, с одной стороны, и защитных механизмов – с другой, а структура личности представляет собой индивидуально различное соотношение отдельных свойств и отдельных защитных механизмов. З.Фрейд выделяет три основных блока личности: ид, эго и суперэго.

Ид, эго и суперэго находятся в постоянной борьбе за психическую энергию из-за ограничения объема либидо. Сильные конфликты могут привести человека к психологическим проблемам, заболеваниям. Для снятия напряженности этих конфликтов личность вырабатывает специальные защитные механизмы, которые функционируют бессознательно и скрывают истинное содержание мотивов поведения (см. **Психологическая защита**).

***Аналитическая* (К. Юнг).** Согласно аналитической теории личность – совокупность врожденных и реализованных архетипов (см. табл. 6), а структура личности определяется как индивидуальное своеобразие соотношения отдельных свойств архетипов, отдельных блоков бессознательного и сознательного, а также экстравертированной или интровертированной установок личности. В структуре личности К. Юнг выделяет три основных блока:

1) **коллективное бессознательное**. В этой части сосредоточен весь культурно-исторический опыт человечества, представленный в психике человека в виде унаследованных архетипов;

2) **индивидуальное бессознательное** – совокупность «комплексов», или эмоционально заряженных мыслей и чувств, вытесненных из сознания;

3) **индивидуальное сознательное** – структура, служащая основой самосознания и включающая те мысли, чувства, воспоминания и ощущения, благодаря которым мы осознаем себя, регулируем свою сознательную деятельность.

***Гуманистическая* (К. Роджерс, А. Маслоу).** В рамках гуманистического подхода личность – это внутренний мир человеческого «Я»

как результат самоактуализации, а структура личности – это индивидуальное соотношение «реального Я» и «идеального Я», а также индивидуальный уровень развития потребностей и самоактуализации.

Когнитивная **(Дж. Келли).** Согласно когнитивной теории личность – это система организованных личностных конструктов, в которых перерабатывается (воспринимается и интерпретируется) личностный опыт человека. Структура личности есть индивидуально своеобразная иерархия конструктов. У каждого человека имеется своя собственная система личностных конструктов, которая делится на два уровня (блока):

1) блок «ядерных» конструктов, которыми человек пользуется наиболее часто при взаимодействии с другими людьми;

2) блок периферических конструктов – это остальные конструкты.

Целостность личности выражается в совместном функционировании этих двух блоков.

С точки зрения целостности личность может быть двух типов: когнитивно простая и когнитивно сложная.

Поведенческая **(А. Бандура).** Личность в этой теории – это система социальных навыков и условных рефлексов, с одной стороны, и система внутренних факторов: самоэффективности, субъективной значимости и доступности – с другой.

Деятельностная **(С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев, К.А. Абульханова-Славская, А.В. Брушлинский).** Согласно этой теории личность – это сознательный субъект, занимающий определенное положение в обществе и выполняющий социально полезную общественную роль. Структура личности – это сложно организованная иерархия отдельных свойств, блоков (направленности, способностей, характера, самоконтроля) и системных экзистенциально-бытийных целостных свойств личности.

Диспозиционная **(Г. Олпорт, Г. Айзенк)** – В рамках этого подхода личность – сложная система формально-динамических свойств (темперамента), черт и социально обусловленных свойств проприума. Структура личности – организованная иерархия отдельных биологически детерминированных свойств, входящих в определенные соотношения и образующих определенные типы темперамента и черт, а также совокупность содержательных свойств, составляющих проприум человека.

Таблица 6

Примеры архетипов, описанных К. Юнгом

Архетипы	Определение	Символы
Анима	Бессознательная женская сторона личности мужчины	Женщина, Дева Мария, Мона Лиза
Animyc	Бессознательная мужская сторона личности женщины	Мужчина, Иисус Христос, Дон Жуан
Персона	Социальная роль человека, проистекающая из общественных ожиданий и обучения в раннем возрасте	Маска
Тень	Бессознательная противоположность того, что индивид настойчиво утверждает в сознании	Сатана, Гитлер, Хусейн
Самость	Воплощение целостности и гармонии, регулирующий центр личности	Мандала
Мудрец	Персонификация жизненной мудрости и зрелости	Пророк
Бог	Конечная реализация психической реальности, спроецированной на внешний мир	Солнечное око

Либидо – общая биологическая энергия.

Ид (оно) – главная составляющая структуры личности в психоанализе, состоящая из совокупности бессознательных (сексуальных и агрессивных) побуждений; ид функционирует в соответствии с принципом удовольствия.

Эго («Я») – совокупность преимущественно осознаваемых человеком познавательных и исполнительных функций психики.

Суперэго (сверх «Я») – психическая структура, содержащая социальные нормы, установки, моральные ценности общества.

Психологическая защита (см. ч. III).

Архетипы – наследственно передающиеся первичные идеи (идеи Бога, зла и др.). Архетипы проявляются в сновидениях, встречаются в виде символов в искусстве, литературе, архитектуре, религии и т.д.

Коллективное бессознательное – совокупность всех врожденных архетипов.

Экстраверсия – ориентация личности на объект, на внешний мир.

«Я-реальное» (К. Роджерс) – совокупность мыслей, чувств и переживаний «здесь и сейчас».

«Я-идеальное» (К. Роджерс) – совокупность мыслей, чувств и переживаний, которые человек хотел бы иметь для реализации своего личностного потенциала.

Потребность в самоактуализации (А. Маслоу) – врожденные потребности, определяющие рост и развитие личности.

Интроверсия – ориентация на внутренний мир, на собственные переживания.

Конструкт (англ. construct – строить) – своеобразный классификатор-шаблон нашего восприятия других людей и себя.

Личность когнитивно простая – личность с небольшим набором конструктов.

Личность когнитивно сложная – личность с большим количеством конструктов. Когнитивно сложная личность по сравнению с когнитивно простой отличается тем, что имеет лучшее психическое здоровье, лучше справляется со стрессом, имеет более высокий уровень самооценки, более адаптивна к новым ситуациям.

Личности направленность – система устойчивых предпочтений и мотивов личности, задающая главные тенденции поведения личности.

Самоконтроль – совокупность свойств саморегуляции, связанная с осознанием личностью самой себя.

Экзистенциально-бытийные свойства личности – эти свойства связаны с целостным представлением личности о самой себе (самоотношение), о своем «Я», о смысле бытия, об ответственности, о предназначении в этом мире.

Диспозиция (англ. disposition – предрасположенность).

Личности черта – предрасположенность человека вести себя сходным образом в разное время и в разных ситуациях.

Проприум (лат. proprium – собственно, «я сам») – сходно с понятием «Я» в гуманистической психологии. Проприум включает высшие цели, смыслы, моральные установки человека.

Иерархия – порядок расположения от низшего к высшему или от высшего к низшему.

СВОЙСТВА ЛИЧНОСТИ

Психические свойства личности образуют неповторимое в своей индивидуальности сочетание свойств у каждого человека, которое можно рассматривать как относительное постоянство психического склада личности (характер, способности, самоконтроль).

Личность характеризуется доминирующими потребностями, интересами, ценностями, убеждениями, идеалами, мировоззрением, что выражается в понятии направленность личности. Психические свойства личности взаимосвязаны друг с другом и образуют определенную структуру.

Личности присущи следующие свойства:

– активность (стремление субъекта выходить за пределы себя, расширять сферу своей деятельности, действовать за границами требований ситуации и ролевых предписаний);

– направленность (система устойчивых доминирующих мотивов – интересов, убеждений, идеалов и т.п.);

– обладает глубинными смысловыми структурами, устойчивыми к вербальным воздействиям, которые определяют ее сознание и поведение;

– обладает самосознанием. Для индивида личность выступает как его «Я-образ».

Личности структура – совокупность устойчивых связей между отдельными чертами, обеспечивающая ее целостность. В деятельностном подходе наиболее популярна четырехкомпонентная структура (модель) личности. Она включает: направленность, способности, характер и самоконтроль (саморегуляцию).

Потребность – основной источник активности человека и животных; внутреннее состояние нужды, выражающее их зависимость от конкретных условий существования.

Мотив – внутренняя устойчивая психологическая причина поведения или поступка человека, то, что побуждает человека к деятельности и придает его деятельности осмысленность.

Интерес – одна из форм направленности личности. Интерес эмоционально окрашен и связан с проявлением познавательной способности.

Ценности – система отношений личности к социально-политическим и нравственным нормам общества.

Убеждение – высшая форма направленности – система мотивов личности, побуждающих ее поступать в соответствии со своими взглядами, принципами, мировоззрением.

Идеал – представление о достойном подражания, образцовом человеке, об особенностях его личности, поведения и отношениях с людьми.

Мировоззрение – система сложившихся взглядов на окружающий мир и свое место в нем.

Способности – индивидуально-психологические особенности личности, обеспечивающие успех в деятельности и легкость овладения этой деятельностью. (*Что может Личность).*

Характер – совокупность морально-нравственных и волевых свойств человека *(Что он есть).*

Самоконтроль – совокупность свойств саморегуляции, связанная с осознанием личностью самой себя. Этот блок надстраивается над всеми остальными блоками и осуществляет над ними контроль: усиление или ослабление деятельности, коррекцию действий и поступков, предвосхищение и планирование деятельности и т.д.

РАЗВИТИЕ

Развитие – закономерное, направленное качественное изменение материальных и идеальных объектов. Одновременное наличие этих свойств отличает развитие от других изменений. В психологии развитие – это необратимые изменения в психике человека (качественные и количественные, прогрессивные и регрессивные).

Современная наука исследует сложноорганизованные саморазвивающиеся объекты – системы, во многих ее областях разрабатываются специально научные теории развития.

Личности развитие – процесс последовательного развертывания свойств, качеств и характеристик, присущих человеку как индивиду и как члену общества, проявляющихся в его деятельности, общении и взаимодействии с другими людьми. Развитие личности включает этапы: формирование, стабилизация, возрастные изменения, преобразование. Особую роль в развитии личности играет воспитание как целенаправленное и организованное воздействие субъекта воспитательной деятельности (социальных институтов или уполномоченных ими отдельных лиц) на объект воспитания с целью формирования определенного типа личности, соответствующего социальному заказу общества на данном историческом этапе его развития.

Данные психологии развития и психогенетики указывают на то, что генетические и средовые факторы определяют становление человека. Факторы среды (формы обучения, родители, общество) должны максимально способствовать реализации генетических возможностей ребенка. Однако личностью человек становится не сразу, а проходит два крупных этапа (А.Н. Леонтьев). **Первое** рождение

относится к дошкольному возрасту. На этом этапе происходят первые подчинения непосредственных побуждений ребенка социальным нормам (см. **Эффект «горькой конфеты»**). Этот этап характеризует первый признак личности – способность к опосредованному поведению. **Второе** рождение личности начинается в подростковом возрасте и выражается в появлении стремления и способности осознавать свои мотивы, а также проводить активную работу по их подчинению и переподчинению. Этот этап знаменует наличие второго признака личности – способности к сознательному руководству собственным поведением.

Механизмы стихийного развития личности:

1) сдвиг мотива на цель (сначала ребенок выполняет требуемое действие (цель) ради общения с матерью (мотив), затем (при правильном воспитании) это действие приобретает самостоятельную побудительную силу (произошел сдвиг мотива на цель);

2) идентификация (ребенок действует по образу и подобию окружающих его людей);

3) принятие и освоение множества ролей. Приняв роль (сын, ученик, товарищ), ребенок ведет себя в соответствии с принятой ролью. Все три механизма действуют совместно. Воспитание – это создание условий для полноценного действия этих механизмов.

Идентификация – важнейший механизм социализации, проявляющийся в принятии индивидом социальной роли при вхождении в группу, в осознании им групповой принадлежности, формировании социальных установок и пр.

Роль – совокупность прав и обязанностей, соответствующих позиции человека в обществе, в системе межличностных отношений.

Эффект «горькой конфеты» – ребенок-дошкольник получает от экспериментатора практически невыполнимое задание: не вставая со стула, достать удаленный привлекательный предмет. Экспериментатор оставляет ребенка и наблюдает за ним из соседней комнаты. После безуспешных попыток ребенок встает, берет предмет и возвращается на место. Экспериментатор хвалит его и предлагает в награду конфету. Ребенок отказывается от конфеты, а после повторных предложений начинает плакать. Конфета оказывается для него «горькой». Это говорит о том, что ребенок уже начинает, но еще не до конца подчинять свои мотивы (взять конфету) социальным нормам (делать, как сказано – не вставая со стула).

НАРУШЕНИЯ

Классификации личностных нарушений остаются все еще спорными. В отечественной психологии выделяют:

1) нарушение структуры иерархии мотивов, что влечет за собой изменение деятельности: из опосредованной она превращается в импульсивную, исчезают «дальние» мотивы, некоторые становятся влечениями (например, при алкоголизме), доминируют в жизни больного;

2) формирование патологических потребностей и мотивов. В этом случае меняется самосознание человека, его образ «Я», что приводит к появлению, например, синдрома дисморфобии, анорексии и т.п.;

3) нарушение смыслообразования. Мотив превращается только в знаемый, или происходит сужение круга явлений, которым человек придает смысл;

4) нарушение саморегуляции. Так, у больных с нарушением личности в процессе саморегуляции дальние цели не участвуют;

5) нарушение критичности и спонтанности поведения. Нарушение критичности проявляется в нецеленаправленных действиях, расторможенности поведения, в нецеленаправленности суждений и т.п. При этом деятельность больного лишена смысла и замещается действиями, за которыми не стоит смыслообразующий мотив.

Дисморфобия (дис + греч. morphe – форма, phobos – страх). Представление о мнимом внешнем уродстве, страх телесных изменений. Дисморфобия может носить характер навязчивых, сверхценных и бредовых идей.

Анорексия невротическая (ан(а) – отрицание + греч. orexis – желание есть, аппетит).Отсутствие аппетита, возникающее при неврозах в связи с перевозбуждением коры головного мозга.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

Сторонники идеографического подхода к изучению личности (Г. Олпорт и др.) утверждают, что черты личности образуют в каждом конкретном случае неповторимое индивидуальное сочетание, что делает невозможным сравнение людей между собой.

В противовес им сторонники номотетического подхода (Р. Кеттелл, Г. Айзенк) подчеркивали, что уникальность личности не является препятствием для ее изучения. Одной из первых наиболее распространенных структурных моделей является 16-факторная модель

личности, разработанная Р. Кеттеллом, в которой исходный набор черт определяет индивидуальные особенности личности человека и может диагносцироваться опросником (16 PF). Другой широко распространенной факторной моделью личности является модель «Большая пятерка», предложенная У.Т. Норманном. Она содержит 5 факторов: 1) экстраверсия, 2) дружелюбие, 3)добросовестность, сознательность,4) нейротизм, 5) культура. (Разработан «Пятифакторный опросник» – «культура» на «открытость».)

Каждая из перечисленных моделей личности позволяет изучать индивидуальные особенности личности.

В характеристику целостной личности входят и ее типичные черты. Типологические черты личности описаны в многочисленных типологиях, разработанных в современной психологии (номотетический подход). Некоторые из них являются типологиями темперамента или характера (см. Темперамент, Характер), а не личности в целом. К типологиям личности можно отнести, например, ценностную типологию Э. Шпрангера (1928). По признаку доминирующей в жизни ценности, формирующей и определяющей целиком личность человека, он выделил типы (теоретический, экономический, эстетический, общественный, политический и религиозный). Достаточно известными являются: типология личности К. Юнга, психологический портрет в разработке Д. Кейрси, социально-психологические типы и др.

Метод идеографический – метод исследования личности, ориентированный на описание уникальных, единичных объектов (Г. Олпорт).

Метод номотетический – метод исследования личности, ориентированный на установление обобщений (Р. Кеттелл, Г. Айзенк).

МЕТОДЫ ИЗУЧЕНИЯ

Экспериментальные

Для изучения уровня развития личности в отечественной психологии использовался эксперимент, который носит название ***эффект «горькой конфеты»***.

Диагностические

К методам диагностики личности относятся: ранжирование, Q-классификация, интервью, саморанжирование, опросники и проективные методики.

Ранжирование личностных характеристик выражается в присвоении численного балла каждому испытуемому в соответствии со шкалой ранжирования (пятибалльной и др.).

Интервью – структурированная беседа (по заранее составленному плану).

Саморанжирование – оценка своих качеств самим испытуемым согласно предложенной шкале.

Опросники – состоят из большого числа вопросов или утверждений, предполагающих ответ (согласен – не согласен), например,16-факторный опросник Р. Кеттела, MM PI (миннесотский, многофакторный личностный опросник) и др.).

К ***проективным*** методикам относят: тест Роршаха, ТАТ и др.

ТЕМА 17 • ПОТРЕБНОСТИ И МОТИВЫ ЛИЧНОСТИ

ПОНЯТИЕ

Активность живых существ – основной способ существования. У животных активность заложена в инстинктах (сохранения жизни, продолжения рода и пр.). Поведение человека определяется двумя факторами: побудительным и регулятивным, потребностями и мотивами. Понятия потребности и мотивы в науке неоднозначны.

Таблица 7

Особенности потребностей и мотивов

Потребности	Мотивы
П. – нужда (недостаток, дефицит) в чем-то и нужда ликвидировать избыток чего-то вредного	Мотив (лат. emovere – толкатель). Если потребность только создает состояние психической активности, то мотив направляет (толкает) ее в нужном направлении
П. – переживается как состояние внутреннего напряжения (психической активности), раздумья, мечты и т.д., что и побуждает человека к поиску предмета потребности, но не направляет деятельность к ее удовлетворению	М. – то, что побуждает достичь или избежать поставленной цели, осуществить определенную деятельность или воздержаться от нее М. – сопровождается положительными или отрицательными эмоциями

Потребности	Мотивы
Удовлетворение потребности ведет к разрядке напряженности, потребность исчезает, но может возникнуть и вновь	Цель и мотив не совпадают. Цель – то, к чему стремится человек, а мотив – почему он стремится. Цель можно ставить перед собой, руководствуясь разными мотивами. Однако возможен сдвиг мотива на цель.

Потребность – основной источник активности человека и животных; внутреннее состояние нужды, выражающее их зависимость от конкретных условий существования.

Мотив – внутренняя, устойчивая психологическая причина поведения или поступка человека, то, что побуждает человека к деятельности и придает его деятельности осмысленность.

Мотивация – 1) совокупность мотивов, направляющая деятельность и сам внутренний процесс побуждения; 2) процесс психической регуляции, влияющий на направленность деятельности и количество энергии, мобилизуемой для выполнения этой деятельности.

Мотивировка – логическое объяснение причин поведения. Она может отличаться от действительных мотивов или сознательно использоваться для их маскировки.

Сдвиг мотива на цель – превращение мотива деятельности в мотив. Например, ребенок может сначала выполнять учебную деятельность ради поощрения матери, а затем, при появлении интереса и удовлетворения от нее, ради ее самой.

ФУНКЦИИ

Потребности выполняют побудительную функцию деятельности и поведения, а **мотивы** – направляющую.

ТЕОРИИ МОТИВАЦИИ

Проблема причинности (детерминации) поведения и деятельности человека была предметом многих теорий личности. Поэтому в науке сосуществуют самые различные теории мотивации.

Бихевиористская (Б. Скиннер). Считает основой активности потребность, нужду организма (есть, пить, иметь нормальную температуру и т.д.), вызванную отклонением физиологических параметров от оптимального уровня. Поведение мотивируется последствиями действий и прошлым опытом. Так, если действие привело к сня-

тию потребностного напряжения, то вероятность повторения этого действия растет, а если оно не наступает, то вероятность повторения действия уменьшается.

Психоаналитическая (З. Фрейд). Основой мотивации поведения, по мнению З. Фрейда, является стремление удовлетворить врожденные инстинкты (жизни и смерти) – физические потребности организма. Инстинкты обеспечивают индивида энергией, которая является источником его активности. При этом если удовлетворение потребности по каким-либо причинам (моральные ограничения, страх наказания и т. п.) невозможно, то энергия инстинкта может быть направлена в другое русло – на выполнение деятельности, не связанной с инстинктом (политику, творчество, бизнес, и т.п.). Такое направление энергии инстинкта в иное русло называют сублимацией.

Гуманистическая (А. Маслоу, К. Роджерс). Мотивирующая сила человеческого поведения по мнению гуманистической теории состоит в реализации им самим своих способностей и потенций.

Когнитивная (Л. Фестингер). Мотивами поведения личности по мнению представителей этого направления, является стремление к соответствию между знаниями о мире и о себе, то есть к консонансу. Несоответствие когниций переживается личностью как состояние дискомфорта, и она стремится от него избавиться, восстановить внутреннюю когнитивную гармонию. Это стремление и есть мощный мотивирующий фактор человеческого поведения и отношения к миру. Разрешить диссонанс можно тремя способами: изменить одну из когниций, снизить ее значимость или добавить новую когницию.

Деятельностная (А.Н. Леонтьев). Согласно концепции А.Н. Леонтьева, мотивационная сфера человека, как и другие психологические особенности, имеет свои источники в практической деятельности.

Сублимация – направление энергии инстинкта на выполнение видов деятельности, не связанных с прямым удовлетворением потребности.

Когниция – любое знание, мнение или убеждение, касающееся среды, себя или собственного поведения.

Когнитивный (лат. cognitivo – знания) – познавательный.

Когнитивный консонанс – соответствие между когнициями.

Когнитивный диссонанс – некоторое противоречие между двумя или более когнициями.

КЛАССИФИКАЦИИ ВИДОВ

Потребности и мотивы человека многообразны. В науке представлены различные их классификации.

Таблица 8

Виды потребностей и мотивов

Классификации потребностей	Классификация мотивов
В отечественной психологии (В.Д. Шадриков) потребности делятся по предмету потребностей: 1) материальные: а) физиологические (еда, укрытие), б) социальные (деньги, предметы обихода); 2) социальные: а) в общении, б) в самоактуализации, в) в служении обществу, г) в социальном признании; 3) духовные: а) в признании, б) в эстетическом наслаждении, в) в творчестве. Все виды потребностей взаимосвязаны между собой.	В отечественной психологии ведущие мотивы объединяются в понятии **направленность личности**, которое включает влечения, желания, стремления, интерес, склонность, идеал, мировоззрение, убеждение. Мотивы учебной деятельности (А.К. Маркова): 1) познавательные (интересы), 2) социальные (занять определенное место в коллективе, быть полезным обществу), 3) роста, развития (самосовершенствования и т.д.).
В зарубежной психологии (А. Маслоу) по иерархическому признаку (от низших – к высшим) – пирамида потребностей (рис. 38)	В зарубежной психологии популярна классификация социальных мотивов (Мюррей и др.). Выделяют: 1) мотивы достижений, 2) мотивы успеха, 3) мотивы власти, 4) мотивы аффилиации, 5) мотивы помощи.

Самоактуализация – в теории личности А. Маслоу – вершинный уровень психологического развития, который может быть достигнут, когда удовлетворены все базовые и высшие (мета) потребности и происходит «актуализация» полного потенциала личности.

Актуальный – важный, существенный для настоящего момента.

Направленность личности – совокупность устойчивых мотивов, ориентирующих деятельность личности и относительно независимых от наличной ситуации. Это установки, ставшие свойствами личности, и проявляющиеся в таких формах, как влечение, желание, стремление, интерес, склонность, идеал, мировоззрение, убеждение.

Влечение – наиболее примитивная форма направленности. Это психическое состояние, выражающее недифференцированную, неосознанную или недостаточно осознанную потребность. Влечение – переходящее явление, так как представленная в нем потребность либо угасает, либо осознается и превращается в желание.

Желание – это осознанная потребность и влечение к чему-либо вполне определенному. Эта форма направленности характеризуется осознанием не только своей потребности, но и возможных путей ее удовлетворения.

Стремление – это волевая форма направленности. Стремление – собирательное явление, то есть включает влечение, желание, намерение и т.д.

Рис. 38. Пирамида потребностей А. Маслоу

Интерес – специфическая форма проявления познавательной потребности, которая обеспечивает направленность личности на осознание целей деятельности и тем самым способствует ориентировке личности в окружающей действительности. Интерес включает эмоциональный, интеллектуальный и поведенческий компоненты.

Склонность – направленность индивида на определенную деятельность, соответствующую интересу и включающая волевой компонент.

Идеал – образ цели склонности индивида, образец, к которому он стремится, на который ориентируется.

Мировоззрение – система взглядов индивида на природу, общество, человека и их развитие. Эта система взглядов является ценностными ориентациями людей, их принципами познания и деятельности.

Убеждение – высшая форма направленности – система мотивов личности, побуждающих ее поступать в соответствии со своими взглядами, принципами, мировоззрением.

Мотив достижения – устойчивое стремление в достижении результата в работе, желание сделать что-то хорошо и быстро, достичь определенного уровня в каком-либо деле. Мотив достижения включает стремление к мастерству, к соперничеству (состязательности, лидерству), к удовлетворяющей работе, к известности и т.п. Мотив достижения потом был дифференцирован на два: стремление к успеху и стремление избегать неудач.

Мотив успеха – ориентация на успех в разных видах деятельности в отличие от ориентации на избегание неудач. Люди, ориентированные на успех, предпочитают выбирать средние и трудные задачи, так как предпочитают расчетливо рисковать; а мотивированные на неудачу выбирают либо легкие задачи (гарантируют успех), либо трудные (так как неудача не воспринимается как личный неуспех). Успех в деятельности зависит не только от самого мотива, но и от его силы. Так, оптимальная продуктивность деятельности наступает при среднем уровне мотивации (закон Йеркса–Додсона).

Мотив избегания неудачи – более или менее устойчивое стремление человека избегать неудач в тех ситуациях жизни, где результаты его деятельности оцениваются другими людьми.

Мотив власти – способность лица проводить свою волю вопреки сопротивлению других людей. В основе мотива власти лежит потребность чувствовать себя сильным и проявлять свое могущество в действии. Источниками власти являются: вознаграждение, принуждение и нормативная власть (власть знатока).

Мотив аффилиации (стремление к людям) – стремление к таким контактам с людьми, которые предполагают доверие, сотрудничество, присоединение и исключение манипуляции. Мотив аффилиа-

ции имеет две формы: надежда на присоединение (НА) и боязнь отвержения (БО).

Манипуляция (лат. manipulation – обращение с объектами со специальным намерением, особенной целью, как ручное управление, как движения, производимые руками, ручные действия). В психологии – это вид психологического воздействия, искусное исполнение которого ведет к скрытому возбуждению у другого человека намерений, не совпадающих с его актуально существующими желаниями.

Мотив помощи, альтруистические мотивы – альтруизм – это любовь и бескорыстная забота о других, способность на безвозмездную жертву ради группы, потребность отдавать и чувство ответственности. Исследования показали, что:

– чаще оказывают помощь те, кто сам раньше ее получал;

– люди, обладающие эмпатией;

– больше альтруизма проявляется к зависимому от него человеку, чем к независимому, приятному и привлекательному, к знакомому, человеку той же этнической группе. Важным свойством личности, предрасполагающим к альтруистическому поведению, является предрасположенность к сопереживанию человеку, нуждающемуся в помощи (эмпатия).

Эмпатия – способность сочувствовать, сопереживать. Сопереживание – это переживание субъектом тех же чувств, которые испытывает другой. Сочувствие – отзывчивое, участливое отношение к переживаниям, несчастью другого (выражение сожаления, соболезнования и т.п.).

Мотив отвергания – проявляется в боязни быть непринятым, отвергнутым значимыми людьми.

РАЗВИТИЕ

В каждом возрастном периоде устанавливается определенная иерархия потребностей. Ведущие потребности определяют направленность личности (гуманистическую, индивидуалистическую).

Последовательность появления потребностей в онтогенезе совпадает с пирамидой А. Маслоу.

С возрастом происходит периодическая смена доминирующих потребностей, ценностей, идеалов, и, следовательно, меняется направленность личности в сторону общественной. Увеличивается осознанность мотивов.

Таблица 9

Свойства потребностей и мотивов

Потребности	Мотивы
– Биологические потребности генетически обусловлены, а социальные формируются в процессе жизни и деятельности личности	– Мотивы формируются на основе потребностей. На базе одной потребности могут сформироваться мотивы к разным видам деятельности. И одна и та же деятельность может вызываться разными мотивами
– Имеют свой предмет (пища, книга и др.)	– Некоторые мотивы могут стать доминирующими в структуре мотивации личности, образуя стержень всей сферы (направленность)
– Воспроизводятся, для многих характерна периодичность возникновения (еда, сон и др.). Возникновение новых потребностей – необходимое условие развития личности	– Мотив отличается от цели. Цель – это предвиденный результат, а мотив побуждение к достижению цели. Но возможен сдвиг мотива на цель (см. ниже)
– Приобретают конкретное содержание в зависимости от способа удовлетворения	– Мотивы – осознанные побуждения (некоторые ученые считают мотивами и неосознанные)
– Изменяются в связи с изменением условий жизни и деятельности личности, ее развития, обучения и воспитания	– Может изменяться в процессе деятельности, и, напротив, при сохранности мотива может изменяться выполняемая деятельность
– Различаются по силе	– Различаются по силе

Сдвиг мотива на цель – цель, ранее побуждаемая к осуществлению каким-то мотивом, может приобрести самостоятельную побудительную силу, то есть стать мотивом. Например. Первоначально ребенок выполняет требование (цель) (уступать место старшим) ради общения с матерью, ее одобрения. Со временем при правильном воспитании это действие приобретает самостоятельную побудительную силу (становится мотивом, целью).

НАРУШЕНИЯ

Неудовлетворенные потребности, нереализованные намерения могут приводить к нервно-психическим расстройствам, если человек не смог использовать физиологические и психологические механизмы саморегуляции. Клиники выделяют три формы нервно-психические расстройств: невростению, истерию и невроз навязчивых состояний.

Невростения может быть вызвана невростеническим конфликтом. Это противоречие между завышенными стремлениями личности и ее возможностями. К невростении предрасположены люди с сильными влечениями, которые не в состоянии их достаточно адекватно удовлетворить. Для человека с невростенией характерны легкая возбудимость при быстрой истощаемости, изменчивость эмоций, устойчивое, часто пониженное настроение.

Истерия возникает в результате конфликта между чрезмерно завышенными требованиями к другим людям и заниженными к себе, а также противоречивыми потребностями (между желанием и долгом, между моральными принципами и личными привязанностями). Для истерии наиболее часты двигательные расстройства, расстройства болевой чувствительности, сенсорики, речи.

Невроз навязчивых состояний часто бывает обусловлен жизнью без определенных целей. В результате у человека повышается раздражительность, утомляемость, нарушается сон, появляются вегетативные расстройства, навязчивые идеи, часто в виде фобий.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

Потребности людей отличаются разной выраженностью:

– модальностью (в чем нужда),

– силой (степенью потребностной напряженности),

– остротой (степенью переживания неудовлетворенности).

Выраженность потребностей зависит от типа телосложения, темперамента, пола и пр. Так, пикникам (см. Словарь) требуется частое употребление пищи, людям с сильной нервной системой – больше двигательной активности, мужчинам свойственно испытывать потребность в риске, соперничестве и т.д.

Мотивы каждого человека образуют определенную, ему лишь присущую структуру, иерархическую пирамиду, на вершине которой могут быть самые разные мотивы.

МЕТОДЫ ИЗУЧЕНИЯ

Экспериментальные

Объективными являются экспериментальные методы изучения мотивов и потребностей.

В качестве примера приведем исследование мотивов школьников, проведенное в лаборатории Л.И. Божович (1969). В эксперименте использовались две методики «Светофор» и «Секундомер». В первой методике определялось время реакции на различные све-

товые сигналы (синий, желтый, белый, малиновый), каждый из которых связывался с определенным мотивом: завоевать лучшее место для звена, завоевать звание его командира. Сравнение (по секундомеру) времени реакции при разных мотивах позволило судить об индивидуалистических или коллективистических побуждениях.

Диагностические

Психологами разработано значительное количество конкретных методик для изучения потребностей, мотивации и мотивов поведения человека. Более 70 таких методик представлены в книге (Ильин Е.П., 2002).

- методика «Диагностика мотивационной структуры личности»,
- методика «Направленности личности»,
- методика «Потребность в достижении»,
- методика «Мотивация успеха и боязнь неудачи»,
- методика «Мотивация аффилиации»,
- методика «Познавательные потребности»,
- методика «Оценка потребности в одобрении» и др.

ТЕМА 18 • СПОСОБНОСТИ

ПОНЯТИЕ

Слово «способный» означает *годный* к чему-либо, к какой-либо деятельности. Один из видных исследователей способностей в отечественной психологии Б.М. Теплов выделил три признака способностей. **Во-первых**, способности – это индивидуально-психологические особенности, отличающие одного человека от другого. **Во-вторых**, способности только те особенности, которые имеют отношение к деятельности. **В-третьих**, способности не сводятся к знаниям, умениям и навыкам, которые приобретаются в упражнениях, хотя и обуславливают быстроту их приобретения. Отсюда вытекает и определение способностей.

Способности – индивидуально-психологические особенности личности, обеспечивающие успех в деятельности и легкость овладения этой деятельностью. (*Что может личность).*

Природные особенности (рост, длина пальцев, и т.п.) не относятся к способностям, так как не являются психическими свойствами, хотя и могут способствовать их формированию.

Показателями способностей могут быть: 1) темп продвижения в овладении деятельностью; 2) широта переноса формирующихся психических качеств; 3) соотношение нервно-психических затрат и конечного результата деятельности.

ФУНКЦИИ

Известный отечественный психолог Б.Ф. Ломов выделял три функции психики: коммуникативную, регуляторную и познавательную. Отсюда можно заключить, что для реализации этих функций необходимы коммуникативные, регуляторные и познавательные способности. Способности обеспечивают более быстрое и качественное приобретение навыков и умений в какой-то одной деятельности или в нескольких деятельностях. Наличие способностей позволяет человеку взаимодействовать с другими людьми, обучаться и эффективно адаптироваться в новых и сложных условиях жизни, творчески осваивать все новые и новые виды деятельности, что, в свою очередь, способствует развитию всех его психических процессов и свойств личности.

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ

Биологической основой способностей являются задатки.

Задатки способностей – врожденные анатомо-физиологические особенности мозга, анализаторов, развития первой и второй сигнальных систем.

Однако задатки *не гарантируют развития способностей*. То, на сколько они проявятся и оформятся в способности, зависит от условий индивидуального развития и соответствующей деятельности.

По наличию способностей нельзя сказать, каковы были задатки.

Задатки многозначны и могут реализовываться в разных типах способностей (например, слух – в музыкальных, акустических, экстрасенсорных и пр.).

Сложные способности имеют несколько задатков (например, задатками коммуникативных способностей являются: высокая лабильность нервной системы, хороший слух и преобладание первой сигнальной функции).

Границы задатков шире, чем могут развиться на их основе способности (рис. 39).

Лабильность нервной системы – изменчивость, адаптивность, неустойчивость.

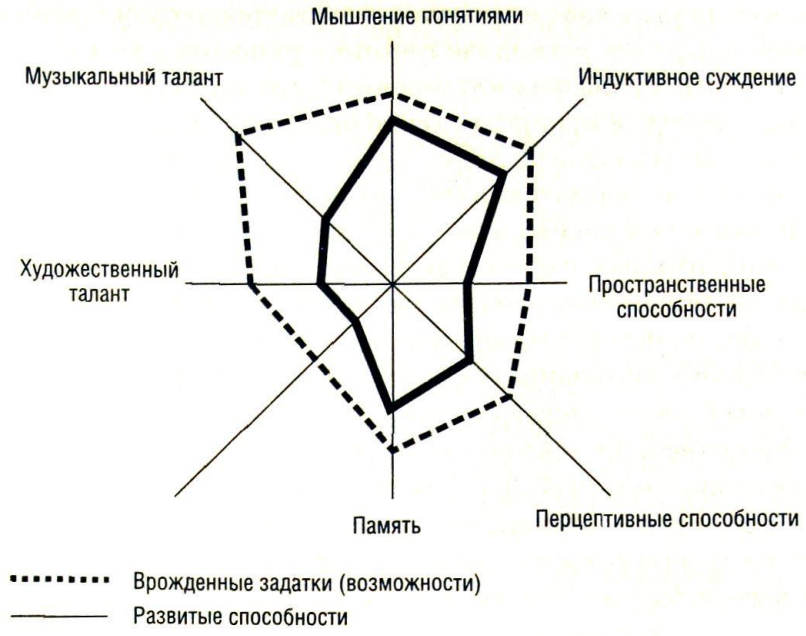


Рис. 39. Границы наших задатков (по Лангмейеру)

ТЕОРИИ

Первое экспериментальное исследование способностей было выполнено Ф. Гальтоном (выдающийся английский ученый). В 1883 г. вышел его труд «Исследование человеческих способностей». Гальтон был убежден, что представители социальной элиты и биологически, и интеллектуально превосходят представителей социальных низов, а женщины гораздо менее талантливы и умны, чем мужчины. Однако экспериментальные данные, выполненные на выборке в 10 тыс. человек, показали ошибочность его теоретических взглядов. Дальнейшие исследования Гальтона привели к попытке решить основные задачи психологии способностей.

1. Развитие способностей и их детерминации. Основным звеном детерминации Гальтон считал соотношение наследственности и среды.

Этот вопрос до сих пор окончательно не разрешен. Одни ученые считают, что способности наследуются, и убедительно это доказывают, другие отдают предпочтение среде и также убедительно это доказывают. Более разумным на данном этапе является третье мнение о ***коэволюции*** природного и социального в происхождении и развитии способностей. Выдвигается положение, что генотип содержит

в себе в свернутом виде информацию об историческом прошлом человека и программу его индивидуального развития, адаптированную к специальным социальным условиям жизни. Любая характеристика индивида является продуктом генофонда и прошлого опыта «Доля каждого, – как указывал О. Хебб, – не ясна так же, как не ясно, от чего более зависит площадь прямоугольника – от длины или ширины».

2. Взаимосвязь специальных и общих способностей. Гальтон полагал, что, измеряя параметры простейших психических процессов, можно определить уровень творческой одаренности человека.

3. Создание методов измерения способностей. Он считал, что тесты сенсорного различения могут служить для измерения интеллекта.

4. Способности и деятельность.

В отечественной психологии проблема способностей исследовалась довольно широко (С.Л. Рубинштейн, Б.М. Теплов, К.К. Платонов и др.). Б.М. Теплов показал, что помимо успеха в деятельности, способности детерминируют скорость и легкость овладения той или иной деятельностью. Эта мысль фиксируется в формулах:

$$\text{Способность} = \frac{\text{Продуктивность}}{\text{Цена}} \quad \text{или} \quad \text{Способность} = \frac{\text{Успешность}}{\text{Трудность}}$$

Другой взгляд на понятие способностей представлен в работах В.Д. Шадрикова. Он считает, что способности являются общими для разных деятельностей, и выделяет мыслительные, восприятия, памяти и т. д., и не существует «педагогических», «кулинарных», «музыкальных» и прочих способностей. Но большинство отечественных ученых склонны выделять общие и специальные способности вслед за Тепловым.

КЛАССИФИКАЦИЯ ВИДОВ

Классификацию видов иногда называют структурой способностей. Способности человека весьма разнообразны.

1. По числу и характеру деятельностей, для которых необходимы, способности делятся на:

а) общие, необходимые для любой деятельности (умственные, учебные, коммуникативные и пр.);

б) специальные, необходимые для выполнения одной конкретной деятельности (математические, музыкальные и др.).

Общие и специальные способности всегда взаимосвязаны. Специальные способности не достигают высокого уровня без определенного уровня развития общих способностей (например, не обла-

дая учебными способностями, нельзя стать способным математиком).

2. По составу, строению:

а) элементарные (ощущения, глазомер, музыкальный слух),

б) сложные (учебные, трудовые, общения и др.).

3. По значимости деятельности:

а) ведущая, занимающая главное значение в деятельности,

б) вспомогательные, подчиненные.

4. По уровню развития:

а) репродуктивные (способность действовать по образцу),

б) творческие (способность создавать новое).

Репродуктивные и творческие способности взаимосвязаны. Творческие способности не достигают высокого уровня без определенного уровня репродуктивных, а в репродуктивных способностях всегда есть элемент творчества.

Среди творческих способностей выделяют два уровня:

1) талант, 2) гений (гениальность).

С уровнем развития способностей связано особое понятие – *одаренность.*

Способности коммуникативные – способности личности, обеспечивающие эффективность ее общения с другими личностями и психологическую совместимость в совместной деятельности.

Способности репродуктивные – способность копировать деятельность, осваивать ее по образцу, инструкции.

Способности специальные – система свойств личности, которые помогают достигнуть высоких результатов в какой-либо определенной области деятельности (музыкальной, художественной, литературной и т.д.)

Способности творческие (креативные) – креативность (лат. creatio – созидание) – общая способность к творчеству, характеризует личность в целом, проявляется в различных сферах активности, рассматривается как относительно независимый фактор одаренности.

Талант – высокий уровень развития способностей, чаще специальных, обеспечивающий достижение выдающихся успехов в том или ином виде деятельности. Талант достигает высоких результатов общего значения но в пределах уже известных идей и направлений (М.В. Суворов, Л.С. Выготский).

Гениальность – высшая степень творческих проявлений личности, делающая ее выдающейся в соответствующей области или сфере деятельности. Гений создает новые оригинальные пути в разных об-

ластях знания и с высоким уровнем предвидения (Леонардо Да Винчи, Циалковский, А.С. Пушкин). Гениальность является общественной оценкой достижений личности.

Одаренность – качественно своеобразное сочетание способностей, обусловливающее диапазон его интеллектуальных возможностей, уровней и своеобразие его деятельности. Одаренность включает внутренние предпосылки (задатки) и индивидуальные свойства личности (характер, склонности и др.). Она дает возможность способностям развиваться в разных направлениях.

СВОЙСТВА И ЗАКОНОМЕРНОСТИ

Способности обладают свойством компенсации, то есть при недостаточном развитии одной способности (например, памяти) цели достигаются благодаря развитию другой (например, мышления).

Для развития способностей важно иметь склонность заниматься данной деятельностью. Особенно важно учитывать склонности личности в профориентационной работе.

Известный отечественный специалист в области психологии труда Е.А. Климов выделил пять видов склонностей (природа, техника, человек, знак, художественные образы). Сейчас при решении задач профориентации прежде определяют склонности индивида по специальному тесту.

Склонность – предрасположенность к чему-либо.

РАЗВИТИЕ

К факторам, влияющим на развитие способностей, относят: характер деятельности, внешнюю среду, внутреннюю среду и возможность компенсации.

Способности развиваются более всего в той деятельности, для которой они предназначены. Они могут развиваться и в сходных видах деятельности, а также в деятельности, которая требует разнообразных способностей (например, игра). Более всего значима ведущая деятельность в каждом возрастном периоде. Но развитие способностей происходит не само по себе, поэтому деятельность ребенка необходимо организовать.

Исследования психологов показали, что у каждой способности есть свой «золотой» возраст – *сензитивный период*, в котором ребенок наиболее чувствителен к освоению той или иной деятельности (например, артистический период – 5 лет, к овладению чтением де-

ти более чувствительны в 5–7 лет и т.д.). Важно, чтобы взрослые знали эти периоды и не пропустили их для выявления и развития способностей. Успех в деятельности определяют также и свойства личности, такие как трудолюбие, настойчивость, самокритичность, которые следует развивать.

Для развития способностей важна и внешняя среда – материальные условия, общение, образ жизни, система воспитания.

Слабость одной способности может компенсироваться развитием другой (например, мнемическая и умственная способности).

Деятельность ведущая – деятельность, выполнение которой определяет возникновение и формирование основных психологических новообразований человека на данной ступени развития его личности. В онтогенезе выделяют виды ведущей деятельности: 1) непосредственное общение младенца со взрослыми; 2) предметно-манипулятивная деятельность в раннем детстве; 3) сюжетно-ролевая игра у дошкольников; 4) учебная деятельность младших школьников; 5) общественно полезная деятельность подростков; 6) профессионально-учебная деятельность в ранней юности; 7) трудовая деятельность в период взрослости (зрелости).

Сензитивные периоды развития (лат. sensus – чувство, ощущение) – периоды онтогенетического развития, в которые развивающийся организм бывает особенно чувствителен к определенного рода влияниям окружающей действительности. Сензитивные периоды – это периоды оптимальных сроков развития определенных сторон психики – процессов и свойств. Сензитивные периоды не следует смешивать с критическими (переломными) периодами развития.

НАРУШЕНИЯ

Что касается общих способностей (познавательных, учебных, общения), то нарушения заключаются в их низком или крайне низком уровне развития. А относительно специальных способностей можно утверждать, что нарушение – это их отсутствие.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

Типологические особенности человека оказывают влияние на развитие способностей человека. Так, сила нервных процессов в сочетании с уравновешенностью и подвижностью благоприятствует образованию многих волевых и коммуникативных свойств, которые особенно важны для становления организаторских способностей.

Преобладание первой или второй сигнальных систем позволяет выделить три типа личностей: художественный тип (с преобладанием первой сигнальной системы), мыслительный (с преобладанием – второй) и смешанный (с примерным равенством развития этих систем). Отличия художественного типа от мыслительного проявляются в сфере восприятия, где для «художественного» характерно целостное восприятие, а для «мыслительного» – дробление ее на отдельные части, в сфере воображения и мышления у «художников» отмечается преобладание образного мышления и воображения, в то время как для «мыслителей» характернее абстрактное, теоретическое мышление; в эмоциональной сфере лица художественного типа отличаются повышенной эмоциональностью, аффективностью, а для мыслительного типа более свойственны рассудочные, интеллектуальные реакции на события. Эти различия влекут за собой и склонности к разным видам деятельности и развитие разных способностей.

Индивидуальные различия выражаются также в уровне развития тех или иных способностей, времени возникновения (в раннем детстве или позже), личностных особенностях и пр.

МЕТОДЫ ИЗУЧЕНИЕ

Экспериментальные

Интересные исследования способностей были выполнены Б.М. Тепловым. Это изучение музыкальных и умственных способностей в практической деятельности полководцев. Общие умственные способности полководцев изучались на основе военно-исторического материала. Результаты опубликованы в книге «Ум полководца».

Познавательные способности достаточно основательно изучались многими учеными как отдельные познавательные процессы (Венгер, Смирнов, Матюшкин, Шадриков и др.), так и интеллект (см. тему «Интеллект»).

Диагностические

Для диагностики способностей используются тесты в сочетании с другими методами.

Среди тестов способностей популярными являются тесты и батареи тестов для измерения интеллектуальных способностей (Айзенк, Кеттелл, Спирмен, Бине и др.).

Есть тесты для измерения специальных способностей (организаторских, коммуникативных, технических и т.д.).

Для диагностики способностей в детском возрасте можно использовать данные о динамике успеха в обучении и о том, как ребенок принимает и использует помощь со стороны взрослого.

В отечественной психологии (Н.Ф. Талызина и др.) считают критерием умственного развития способность к обобщающей деятельности.

И все же для диагностики многих способностей тесты еще не разработаны, и для их изучения приходится создавать экспериментальные методики.

ТЕМА 19 • ИНТЕЛЛЕКТ

ПОНЯТИЕ

Единого толкования этого понятия нет. Под интеллектом понимают и способность к обучению, и способность к адаптации в окружающем мире, способность структурировать абстрактные символы, способность к мышлению и пр. Все представления можно рассматривать с двух точек зрения.

Интеллект (лат. intellectus) – 1) в широком смысле – это глобальная, интегральная, биопсихическая особенность человека, характеризующая его возможности адаптации (Штерн, Пиаже). Это способность решать новые мыслительные задачи без проб и переносить найденные способы на другие ситуации; 2) в узком смысле – общее название познавательных способностей. Интеллект включает мышление, скорость восприятия, объем памяти, время удержания информации и т.п. Однако интеллект нельзя считать лишь простой суммой этих познавательных процессов, ими он не исчерпывается, так же как интеллектуальная деятельность не может быть заменена мышлением.

ФУНКЦИИ

Интеллект обеспечивает адаптацию человека в постоянно изменяющихся условиях, позволяет решать сложные проблемы, преобразовывать окружающий мир и сохранять видовые системные качества способностей человека.

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ

Интеллект обеспечивается сложной аналитико-синтетической деятельностью мозга. При решении задач, проблем совершается процесс информационного синтеза.

Интеллект широко исследовался в психологической науке. Представления о нем и его структуре представлены в разнообразных моделях. Наиболее разработанными являются модели факторного направления:

1. Двухфакторная модель Ч. Спирмена включает фактор G – генеральный (сюда входят общие способности – мыслить, запоминать, воспринимать и т.д.) и фактор S – специальные способности (механические, арифметические, лингвистические и пр.).

2. Модель И. Терстоуна. Он отрицал наличие генерального фактора и выделял 12 факторов, из которых подтвердились только 7 (смысловое понимание, беглость речи, числовой, пространственный, ассоциативная память, скорость восприятия и индуктивное мышление).

3. Модель Р. Кеттелла (17 факторов).

4. Модель Дж. Гилфорда (15 факторов). Ее называют еще трехмерной, или кубической.

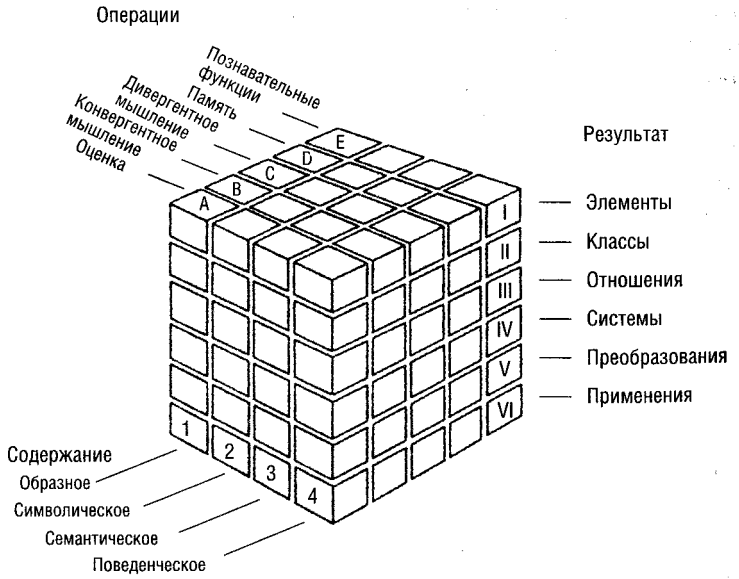


Рис. 40. Кубическая модель интеллекта Дж. Гилфорда

Интеллекта модель (Дж. Гилфорда) – многомерное явление, некоторое свойство, которое можно оценивать по трем измерениям: характеру, продукту и содержанию. Модель включает 120 различных,

интеллектуальных процессов, частных способностей. Они, в свою очередь, сводятся к 15 факторам: 5 операций, 4 вида содержания и 6 типов продуктов мыслительной деятельности. К операциям относятся познание, память, оценивание, дивергентное и конвергентное мышление.

Мышление дивергентное – продуктивное мышление, служащее средством порождения оригинальных творческих идей. Оно допускает существование нескольких правильных ответов на один и тот же вопрос. Термин введен Дж. Гилфордом.

Мышление конвергентное – продуктивное мышление, связанное с решением задач, имеющих единственно правильный ответ (Дж. Гилфорд).

КЛАССИФИКАЦИЯ ВИДОВ

Единой классификации видов интеллекта не существует, однако разные ученые используют довольно разнообразные его виды.

Интеллект академический – способность к учению в регламентированных условиях (школа, университет). Проявляется в уровне учебной успеваемости. Коррелирует с уровнем развития общего интеллекта.

Интеллект общий (генеральный фактор) – умственная способность, влияющая на выполнение любой деятельности. Эта способность проявляется в качестве, скорости и точности решения мыслительных задач, в темпе и успешности обучения, продуктивности профессиональной деятельности и уровне социальной адаптированности. Концепция общего интеллекта принадлежит Ч. Спирмену.

Интеллект вербальный – способность к словесному анализу и синтезу, к решению вербальных задач. Выделяется как относительно самостоятельная составляющая структуры интеллекта в ряде моделей. Вербальный интеллект содержит запас слов, эрудицию, умение понимать прочитанное.

Интеллект пространственный – способность оперировать мысленными пространственными образами, схемами, моделями реальности. Включает два фактора: 1) скорость и точность распознания двумерных объектов; 2) мысленное вращение и преобразование образов в трехмерном пространстве.

Интеллект практический – способность манипулировать объектами, умение адаптироваться в окружающей обстановке (адекватное восприятие и понимание происходящих событий, адекватная самооценка, способность рационально действовать в новой обстановке).

Интеллект биологический – врожденная составляющая общего интеллекта. В основе лежат особенности биохимических, нейропсихологических процессов переработки информации центральной нервной системой.

Интеллект социальный – способность, определяющая успешность оценки, прогнозирования и понимания поведения людей. Термин предложен Дж. Гилфордом.

Интеллект сенсомоторный – тип мышления, характеризующий доречевой период жизни ребенка (Пиаже).

Интеллект эмоциональный – способность воспринимать, выражать и понимать эмоции других людей.

Интеллект флюидный (свободный, текучий) – врожденная интеллектуальная способность приспосабливаться к новым ситуациям, овладевать новыми знаниями. Характеризуется гибкостью и скоростью мышления, входит в состав общего интеллекта. Уровень снижается в процессе старения. Термин предложен Р.Б. Кэттеллом.

Интеллект кристаллический (связный) – система интеллектуальных навыков, зависящая от приобретенного опыта (Р. Кэттелл).

СВОЙСТВА И ЗАКОНОМЕРНОСТИ

По вопросу, является ли интеллект **врожденным или приобретенным,** существуют разные точки зрения. Одни (Айзенк, Пиаже) считают интеллект врожденным, другие (М. Коул) – приобретенным, третьи (Кеттелл) считают, что внутри генерального фактора существует две части (флюидный – врожденный и кристаллический – приобретенный). В отечественной психологии (Выготский и др.) считают, что интеллект развивается в результате общей социализации человека и связан с развитием культуры, природы языка, эволюционной истории человечества, внутренней логикой детского мышления.

По **уровню развития интеллекта** выделяют: рассудочный, ум (разум) и мудрость.

Интеллект тесно связан со способностью предвосхищать события, планировать свою деятельность и со способностью к антиципации.

Важной характеристикой интеллекта является рефлексия.

Интеллект рассудочный – способность ориентироваться в знакомой ситуации. Это процесс познания реальности и способ деятельности, основанный на использовании формализованных знаний, трактовок мотивов деятельности участников коммуникации.

Ум, разум – способность обобщать данные чувственного опыта и вырабатывать новые понятия. Ум ориентирован на социальные ценности высшего уровня и связан с социально значимыми качествами личности. В этом случае мыслительный процесс способствует формированию теоретических знаний и творческого преобразования действительности.

Мудрость – высшая степень развития интеллекта. Это обобщение многообразия знания и опыта человечества, обобщение, формулируемое в качестве принципов познания, оценки, поведения, действия. Мудрость – разум, осознающий свою ответственность за судьбу общества.

Антиципация (лат. anticipatio – предугадывание событий). Способность предвидеть появление результатов действий до того, как они будут реально осуществлены или восприняты («опережающее отражение»), готовность к предстоящим событиям на основе прежнего, жизненного опыта.

Рефлексия (лат. reflexio – отражение) – обращенность познания человека на самого себя, на свой внутренний мир, психические качества и состояния.

РАЗВИТИЕ

См. тему «Мышление» (Развитие – Теория развития интеллекта Ж. Пиаже). Общий интеллект в течение жизни претерпевает определенные изменения, развиваясь особенно интенсивно от 0 до 12 лет, достигая оптимума развития к 20–30 годам, его уровень несколько снижается и затем падает после 60 лет. «Кристаллизованный интеллект» либо снижается незначительно, либо остается неизменным и может даже развиваться.

НАРУШЕНИЯ

Нарушения интеллекта, как правило, описываются на основании различной степени снижения способности к решению проблем и задач, снижению мыслительных способностей. Нередко для оценки нарушений интеллекта используется оценка общих и специальных знаний и умений. Наиболее часто выделяют такие нарушения, как деменция и умственная отсталость.

Деменция – психопатологический синдром, включающий снижение интеллекта в силу нарушения высших корковых функций, памяти, внимания, мышления и проявляющийся в нарушениях ориентировки, способности к обучению.

Синдром (греч. syndrome – стечение) – система взаимосвязанных симптомов болезни. Это ряд характеристик, черт, событий или моделей поведения, которые воспринимаются как возникающие вместе друг с другом или, как предполагается, являются скоординированными или взаимосвязанными некоторым образом.

Симптом (греч. symptoma – совпадение, признак) – клинические проявления болезни, индикатор заболевания.

Умственная отсталость – состояние задержанного или неполного развития психики, которое характеризуется нарушением способностей (когнитивных, речевых, моторных и социальных), обеспечивающих общий уровень интеллектуальности.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

Индивидуальные особенности интеллекта проявляются в огромном разнообразии его видов и уровнях развития. Интеллект каждого человека имеет свою неповторимую структуру.

МЕТОДЫ ИЗУЧЕНИЯ

Экспериментальные

Впервые измерения интеллекта были проведены А. Бине и Т. Симоном в 1905 году.

Министерство просвещения Франции предложило этим ученым задание разработать объективные процедуры для выявления детей, отстающих в своем познавательном развитии. В результате ими было предложено 30 заданий (тестов) для измерения умственного развития ребенка. Тестовые задания группировались по возрастам.

Например, для возраста 6 лет предлагались следующие задания: назвать свой возраст, повторить предложение из 10 слов, указать способы использования предмета и т. д.

Задания для возраста 12 лет: повторить 7 цифр, найти за одну минуту рифмы к заданному слову, дать интерпретацию картинок и т.д.

Оценка уровня интеллектуального развития осуществлялась на основе соотнесения реального хронологического возраста с его «умственным возрастом». Умственный возраст определялся как тот наивысший возрастной уровень, на котором ребенок мог правильно выполнить все предложенные ему задания. Так, умственный возраст 6-летнего ребенка, который успешно выполнил все задания для детей в возрасте 6, 7 и 8 лет, равнялся 8 годам. Несовпадение умственного и хронологического возрастов считалось показателем ли-

бо умственной отсталости (если умственный возраст ниже хронологического), или умственной одаренности (если умственный возраст выше хронологического).

Позднее в качестве меры развития интеллекта было предложено рассматривать соотношение:

$$\frac{\text{умственный возраст}}{\text{хронологический возраст}} \times 100\%,$$

который получил название «коэффициент интеллекта» (intelligence quotient – IQ).

Диагностические

Для оценки уровня развития интеллекта обычно применяют тесты интеллекта. Таких тестов достаточно много для людей разного возраста (от 2–3 до 60–65 лет). К известным тестам интеллекта относятся: тесты Векслера, Амтхауэра, краткий отборочный тест (КОТ), культурно-свободный тест Р. Кеттелла, который имеет 3 варианта (для 4–8 лет и умственно отсталых, для 8–11 лет, для студентов и лиц с высшим образованием), и многие другие.

ТЕМА 20 • ТЕМПЕРАМЕНТ

ПОНЯТИЕ

Темперамент – совокупность индивидуальных особенностей человека, характеризующих динамическую и эмоциональную сторону его деятельности и поведения. По мнению Б.М. Теплова, темперамент характеризует динамику психических процессов, эмоциональную возбудимость и общую подвижность индивида. Темперамент – формально-динамическая составляющая поведения человека, которая проявляется в темпе психических реакций, общей активности взаимодействия с окружающим миром и эмоциональном отношении к его процессу и результату. Темперамент не определяет содержательные характеристики поведения. На базе одного темперамента возможна как «великая», так и «ничтожная» личности.

ФУНКЦИИ

Индивидуальный стиль, в том числе и темперамент, – индивидуально-своеобразная система психических средств, к которым созна-

тельно или бессознательно прибегает человек в целях наилучшего уравновешивания своей индивидуальности с предметами и условиями деятельности. Темперамент – это средство, которым надо научиться управлять для достижения результатов деятельности.

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ

В основе понимания темперамента лежит учение И.П. Павлова о типах нервной системы и высшей нервной деятельности. В основу классификации типов были положены три свойства нервной системы: сила, уравновешенность и подвижность. Сочетание этих свойств позволило выделить четыре типа нервной системы.

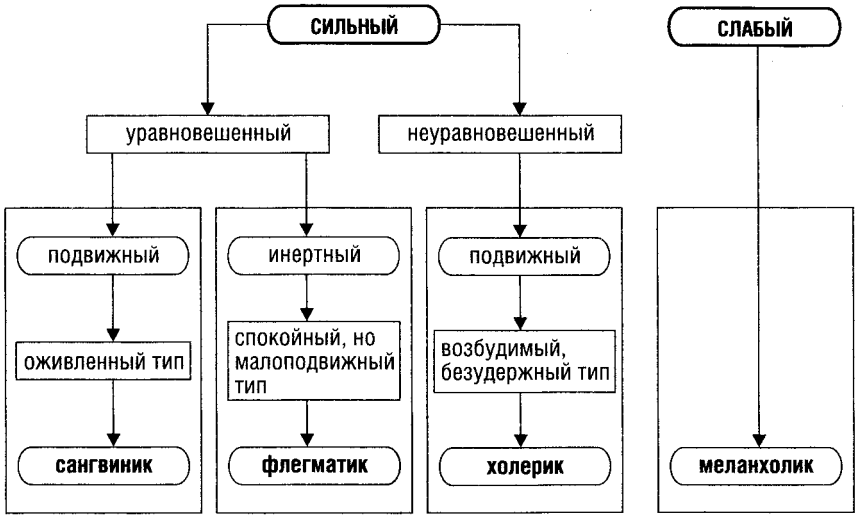


Рис. 41. Характеристики типов нервной системы

Эту типологию нервной системы И.П. Павлов связал с темпераментом, используя терминологию Гиппократа. Изучая поведение человека и животных с этими типами нервной системы были получены характеристики типов, совпадающие с описанными Гиппократом. Таким образом, физиологическая типология темперамента лежит в основе психологической.

ТЕОРИИ

Изучение темперамента уходит в глубь веков, к Гиппократу, который выделил четыре типа, названия которых до сих пор использу-

ются, хотя основание классификации (по характеру жидкостей в теле человека) представляет лишь исторический интерес.

Каждый период в истории развития представлений о темпераменте завершался созданием модели темперамента. Это были: конституционная модель Э. Кречмера (атлетик, пикник, астеник, дисплатик); физиологическая модель И.П. Павлова (сочетание трех свойств нервной системы – сила, подвижность и уравновешенность ,определило гиппократовские типы темперамента); модель К. Юнга (экстраверты и интроверты); двухфакторная модель Г. Айзенка (1-й ф. – экстраверт– интроверт, 2-й ф. – стабильность – нейротизм); факторные модели Терстоуна (7 факторов), Д. Гилфорда (13 факторов) и др.

В настоящее время в отечественной психологии широко используется **структурно-динамическая модель В.М. Русалова.**

В основу этой модели положены четыре свойства темперамента (эргичность – аэргичность, пластичность – ригидность, темп психических реакций и эмоциональность), каждое из которых может проявляться по-разному в мире вещей или в мире людей. Сочетание выделенных свойств темперамента и двух особенностей их проявления дает (4x2) 8 типов темперамента. Получили признание системно-функциональная модель (В.Д. Небылицин), структурно-системная (А.И. Крупнов).

Таблица 10

Структурно-динамическая модель темперамента В.М. Русалова

№	Свойства темперамента	В мире вещей	В мире людей
1.	Эргичность – аэргичность		
2.	Пластичность – ригидность		
3.	Темп психических реакций (быстрый – медленный)		
4.	Эмоциональность (высокая – низкая)		

Эргичность – выносливость нервной системы (В.М. Русалов)
Аэргичность – слабая выносливость нервной системы.
Пластичность – см. ниже.
Ригидность – см. ниже.
Эмоциональность – см. ниже.

В психологии издавна принято выделять четыре типа темперамента (еще со времен Гиппократа): холерик, сангвиник, флегматик и меланхолик. Каждый из них имеет свое сочетание свойств и описан в психологической литературе.

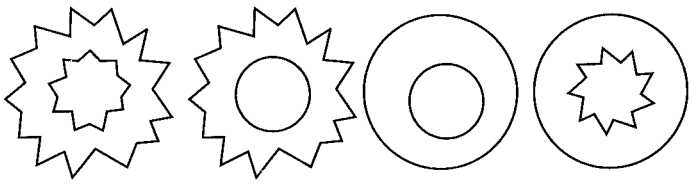
Холерик – тип темперамента, характеризующийся высоким уровнем психической активности, энергичностью действий, неуравновешенностью и общей подвижностью, бурными эмоциями, резкой сменой настроения.

Сангвиник – тип темперамента, характеризующийся высокой психической активностью, энергичностью, высокой пластичностью, которая проявляется в неустойчивости чувств, настроений и интересов. Его тормозные и реактивные процессы уравновешены.

Флегматик – тип темперамента, характеризующийся низким уровнем психической активности, медлительностью, устойчивостью, слабой внешней выраженностью эмоциональных состояний и мимики, трудной переключаемостью с одного вида деятельности на другой и приспособляемостью к новой обстановке.

Меланхолик – тип темперамента, характеризующийся легкой ранимостью, высокой чувствительностью, глубиной и устойчивостью эмоций при слабой их внешней выраженности, преобладанием отрицательных эмоций, низким уровнем психической активности, замедленностью реакций на стимулы, а также речевых, мыслительных и двигательных процессов, быстрой утомляемостью.

Кроме описания типов темперамента можно характеризовать каждый тип по двум параметрам: 1) спокойный – беспокойный, 2) внутри – вовне. Для этой характеристики удобна наглядная иллюстрация:



Х. С. Ф. М.

Рис. 42. Характеристика типов темперамента по двум параметрам (Х – холерик, С – сангвиник, Ф – флегматик, М – меланхолик)

Между типами темперамента трудно установить границы.

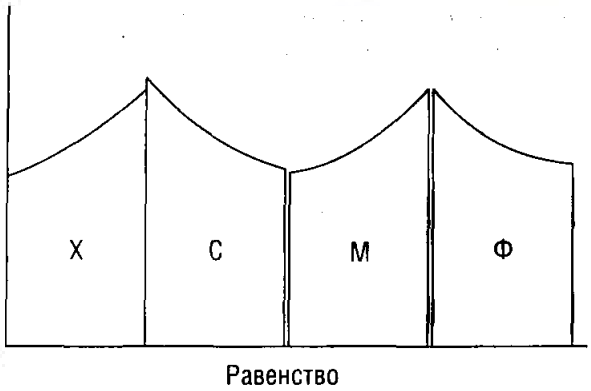


Рис. 43. Границы темпераментов

СВОЙСТВА И ЗАКОНОМЕРНОСТИ

В настоящее время наука перешла от изучения типов темперамента к изучению его свойств. Выбор свойств осуществляется на основе критериев, признаков темперамента (В.М. Русалов):

1) темперамент выражает формально-динамический характер поведения (не связан с содержанием деятельности и определяет динамику деятельности);

2) темперамент связан с биологическими подструктурами;

3) он генетически обусловлен, первичен;

4) рано проявляется в детстве;

5) темперамент онтогенетически стабилен, то есть на определенных отрезках времени стабилен. Он является результатом развития, а не воспитания;

6) темперамент кросс-ситуативен, то есть проявляется в широком классе ситуаций. Его можно изучать в различных видах деятельности;

7) темперамент проявляется более ярко в максимально трудных для человека условиях.

СВОЙСТВА

Свойства темперамента присущи всем людям, но с разной степенью развития. В современной психологии выделяют 8 свойств (В.С. Мерлин, Б.М. Теплов, В.Д. Небылицин): сензитивность, активность, реактивность, баланс активности и реактивности, темп пси-

хических реакций, пластичность-ригидность, эмоциональная возбудимость, экстраверсия-интроверсия.

Сензитивность – общая стойкая особенность нервной системы, анализаторов, которая выражается в общей чувствительности (возбудимости внимания). Определяется силой внешнего воздействия, вызывающего психическую реакцию (высокая чувствительность органов чувств, а также высокая чувствительность к происходящим событиям – сопереживание, тревожность, уязвимость).

Высокая сензитивность у меланхоликов.

Активность – степень энергичности воздействия на внешний мир, преодоление препятствий (волевой компонент). Высокая активность у холериков, сангвиников и флегматиков и низкая – у меланхоликов.

Реактивность – импульсивность, непроизвольность движений, реакций на внешние и внутренние воздействия. Проявляется в темпе, силе и форме ответной реакции на события. Высокая реактивность у холериков и сангвиников и низкая – у флегматиков и меланхоликов.

Баланс активности и реактивности – определяется тем, от чего более зависит деятельность человека: от случайных, внешних (настроения, случайных событий и др.) или от внутренних (целеустремленности, убеждений и пр.) факторов.

Уравновешены сангвиники и флегматики, а неуравновешенны холерики и меланхолики.

Темп психических реакций – скорость протекания психических процессов (движений, речи, восприятия и т.д.). Высокий темп у холериков и сангвиников, низкий – у флегматиков и меланхоликов.

Пластичность-ригидность – степень приспособления человека к изменяющимся обстоятельствам, деятельности.

Пластичность – гибкость, легкость приспособления к новым условиям.

Пластичными являются сангвиники и холерики.

Ригидность (лат. rigiditas – твердость) – инертность, косность в приспособлении к новым условиям, нечувствительность к их изменениям. Флегматики и меланхолики – ригидны.

Эмоциональная возбудимость – время реакции на эмоционально значимые и нейтральные раздражители. Насколько слабые воздействия необходимы для возникновения эмоций и скорость их возникновения. Эмоциональная возбудимость высокая у меланхоликов и холериков, низкая – у сангвиников и флегматиков.

Экстраверсия-интроверсия – обращенность психической деятельности вовне или вовнутрь.

Экстравертированность – индивидуальная особенность личности, проявляющаяся в преимущественной направленности сознания на окружающий мир, в повышенной общительности, инициативности, социальной адаптированности, интересе к другим людям, открытости внутреннего мира. Экстраверты – холерики и сангвиники.

Интервертированность – направленность личности на себя, на свой внутренний мир, на собственные поступки, действия, переживания и мысли. Проявляется в необщительности, замкнутости, отсутствии интереса к другим и склонности к углубленному самоанализу. Интервентированность – одна из базовых черт личности.

Интроверты – флегматики и меланхолики.

Таблица 11

Свойства различных типов темперамента

Свойства	Холерик	Сангвиник	Флегматик	Меланхолик
Сензитивность	–	–	–	+
Активность	+	+	+	–
Реактивность	+	+	–	–
Баланс активности и реактивности	н/у	у	у	н/у
Темп психич. реакций	+	+	–	–
Пластичность (п) ригидность (р)	П	П	Р	Р
Эмоциональность	+	–	–	+
Экстраверт (э) интроверт (и)	Э	Э	И	И

Примечание: «+» – высокий уровень развития, «–» – низкий уровень развития, «у» – уравновешенный, «н/у» – неуравновешенный.

ЗАКОНОМЕРНОСТИ

Темперамент не существует в чистом виде.

Темперамент связан с характером. Характер может скрывать (компенсировать) недостатки темперамента за счет навыков саморегуляции.

Темперамент связан с деятельностью. Исследования показывают, что в зависимости от темперамента изменяется не конечный результат (уровень достижений), а способ осуществления деятельности.

РАЗВИТИЕ

В развитии темперамента различают три аспекта.

1. **Процесс развертывания темперамента.** Хотя тип темперамента обусловлен генотипом, но некоторые свойства его проявляются с момента рождения (длительность крика в сутки, интенсивность и темп сосания, степень координации первых движений и др.). Далее различные свойства темперамента возникают и проявляются в разном возрасте.

2. **Изменение свойств по величине.** В результате условий и воспитания некоторые свойства изменяются по величине: энергичность проявления, эмоциональная выразительность, социальная экстравертированность;

3. **Изменение структуры.** Структура темперамента формируется. Она складывается в процессе жизни и деятельности человека. Наследственное и приобретенное неразрывно связаны в каждом свойстве.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

Каждый человек имеет свой индивидуальный темперамент как совокупность свойств и уровня их развития, поэтому темперамент всегда уникален и неповторим. Чистых темпераментов не существует.

МЕТОДЫ ИЗУЧЕНИЯ

Экспериментальные

Первые исследования темперамента были основаны на длительных наблюдениях поведения и деятельности людей (Гиппократ, Э. Кречмер и У. Шелдон и др.). Экспериментальные исследования были начаты И.П. Павловым при изучении типов нервной системы. Обширные экспериментальные исследования темперамента были выполнены пермскими психологами под руководством В.С. Мерлина. Показана связь свойств темперамента и свойств типа нервной системы, темперамента и разных видов деятельности. Для исследования темперамента использовались в основном физиологические методы (измерение различных особенностей нервной системы (КГР и др.), а также известные психологические методики).

Диагностические

В современной психологии функционирует ряд методик для изучения темперамента:

– методики для изучения типов темперамента (Г. Айзенк и др.),

– методики изучения структуры темперамента (В.М. Русалов, Б.Н. Смирнов),

– методика для изучения некоторых свойств темперамента (Я. Стреляу),

– 16-факторный опросник Р. Кеттелла содержит шкалы свойств темперамента,

– метод наблюдения по плану и др.

ТЕМА 21 • ХАРАКТЕР

ПОНЯТИЕ

Характер (греч. charakter – черта особенность) – совокупность индивидуальных, устойчивых стереотипов поведения, штампов эмоциональных реакций, стиля мышления, сложившихся в процессе социализации, и зафиксированная в привычках и манерах, в системе взаимоотношений с окружающими.

В чертах характера.отражаются присущие индивиду поведенческие матрицы, которые вначале носят осознанный характер (воспитываются, прививаются, навязываются), а затем в определенной степени становятся автоматическими. Характер является устойчивой структурой. Его изменения возможны только в случаях тяжелой и длительной психической или соматической болезни или в условиях длительных, угрожающих жизни событий. Закрепление в процессе социализации характерологических привычек, манер, стилей мышления и поведения связано с требованиями окружающего общества (микро- и макросоциума), с целями и мотивами и потребностями человека. Основными отличиями личностных качеств от характерологических черт являются: *степень волевой регуляции поведения, использование нравственных оснований, мировоззренческих установок, склонностей и социальных интересов при выборе системы поступков.*

ФУНКЦИИ

Характер – стереотипы поведения, которые способствуют гармонизации обыденных межличностных взаимоотношений и избеганию межличностных конфликтов, то есть обеспечивают адаптацию и самоактуализацию личности. Посредством гармоничного характера человек принимает «других и мир», а также «самого себя».

Характерологические свойства можно разделить на две группы: базисные и инструментальные. Первые должны способствовать удовлетворять сущностные потребности человека (создавать внутреннюю гармонию), вторые – удовлетворять запросы общества (создавать внешнюю гармонию).

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ

Привычное поведение человека обусловлено как свойствами нервной системы, так и множеством сложных устойчивых систем временных связей (И.П. Павлов).

Характер – это сплав черт типа в.н.д. и систем временных связей, выработанных в результате индивидуального жизненного опыта и воспитания. Более важную роль играет система временных связей.

ТЕОРИИ

В настоящее время существует два подхода к пониманию характера: динамический и клинический.

В **динамическом подходе** (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Д.Н. Узнадзе) характер понимается как форма выражения смыслового опыта (обобщенные установки личности). В установках выражаются ведущие отношения личности к действительности (к себе, к другим людям, к деятельности, к предметам), которые сохраняются во времени и позволяют предвидеть поведение личности. *Структура характера* включает 4 блока черт:

1) черты, выражающие отношение к другим людям (общительность, заботливость и т.д.);

2) черты, выражающие отношение к себе (эгоизм, самолюбие и т.д.);

3) черты, выражающие отношение к деятельности (трудолюбие, лень и т.д.);

4) черты, выражающие отношение к вещам, предметам (жадность, бережливость).

Клинический подход основан на представлении о разной степени выраженности черт характера и ее влиянии на поведение личности. Яркая выраженность группы черт, не приводящих еще к социальной дезадаптации, названа К. Леонгардом *акцентуацией характера.* По мнению К. Леонгарда, акцентуации прежде всего проявляются в общении с другими людьми. Поэтому, оценивая стили общения, он выделил 12 типов характеров. Используются и другие типологии (см. Классификация характера).

Характера акцентуации – яркая выраженность группы черт характера, не приводящая еще к социальной дезадаптации. Акцентуации характера накладывают отпечаток на поведение личности, а при неблагоприятных условиях могут переходить в болезни (психопатии). Со временем они могут исчезнуть, но могут и проявиться вновь. Акцентуации характера можно расположить на границе между нормой и патологией. Они отличаются от патологии тем, что: 1) проявляются не всегда и не везде, а только в трудных ситуациях; 2) не нарушают социальной адаптации или нарушение носит временный характер; 3) в определенных ситуациях могут даже способствовать адаптации.

КЛАССИФИКАЦИЯ

Типологии характера разработаны в рамках клинической психологии.

Типология К. Леонгарда. Основанием классификации является стиль общения. Выделено 12 типов:

1) *гипертимный* (высокая контактность и повышенное настроение и пр.);

2) *дистимный* (низкая контактность и пониженное настроение и пр.);

3) *циклоидный* (частая смена настроения и меры общения и пр.);

4) *возбудимый* (низкая контактность, замедленность вербальных и невербальных реакций и пр.);

5) *застревающий* (умеренная общительность, занудливость и пр.);

6) *педантичный* (скорее пассивен, чем активен в общении, чрезмерная любовь к порядку и пр.);

7) *тревожный* (низкая контактность, робость, минорное настроение и пр.);

8) *эмотивный* (узкий круг общения, где хорошо контактируют и пр.);

9) *демонстративный* (легкость в контактах, склонность к демонстрации и лидерству и пр.);

10) *экзальтированный* (высокая контактность, словоохотливость и пр.);

11) *экстравертированный* (высокая контактность, обращенность вовне и пр.);

12) *интровертированный* (низкая контактность, обращенность внутрь себя и пр.).

Существуют еще аналогичные типологии (А.Е. Личко – 10 типов для подростков и др.).

Типология социальных характеров Х.Э. Фромма. Социальный характер по Э. Фромму – это ядро структуры характера, свойственное большинству представителей данной культуры, в противовес индивидуальному характеру, благодаря которому люди, принадлежащие одной культуре, отличаются друг от друга. Основанием типологии являются: мышление, эмоции (прежде всего любовь) и действия индивида (его поведение). Э. Фром выделил две основные группы социальных характеров: 1) неплодотворные, 2) плодотворные. Неплодотворные делятся на четыре типа: а) рецептивный (мазохистско-садисткий), б) эксплуататорский (разрушительный), в) стяжательский (конформист-автомат), г) рыночный.

Используются в психологии и психоаналитические типологии характера (З. Фрейда, А. Лоуэна, К. Юнга и типология Майерс–Бригс, выполненная на основе типологии К.Юнга, типология Д. Кейрси и т.п.). Вообще существует множество различных классификаций характера, однако далеко не все они используются в практике.

Характер социальный – совокупность существенных черт, свойственных определенной группе людей и являющихся продуктом общественного развития в данной культуре.

Характер рецептивный – термин Э. Фромма для обозначения индивида, который чрезмерно пассивен и требует большой поддержки и руководства со стороны других.

Мазохизм – этот термин (от имени австрийского романиста Леопольда Захер-Мазоха) обозначает любой вида враждебности или деструктивного импульса, направленного на себя.

Садизм – получение удовольствия от причинения боли и страдания другим. Этот термин происходит от довольно определенной сексуальной ориентации известного романиста и революционера Альфреда Франсиса, маркиза де Сада.

Стяжательство – поведенческая особенность, которая выражается в стремлении обладать вещами или копить их.

Конформность (от поздн. лат. conformis – подобный, сообразный) – соглашательство, приспособленчество, пассивное принятие окружающей среды, существующего порядка, господствующих мнений, отсутствие собственной позиции и слепое подражание любому образу, обладающему наибольшей силой давления, психического принуждения.

СВОЙСТВА, ЗАКОНОМЕРНОСТИ

Соотношение характера и темперамента. Темперамент следует отличать от характера.

Таблица 12

Темперамент	Характер
Генетически первичен	Прижизненное образование
Проявляется во всех сферах жизни	Связан с определенными ситуациями
Проявляется рано	Формируется позже под воздействием воспитания
Связан с особенностями нервной системы	Связан с социальными ситуациями
Амотивен (не определяет отношения к миру)	Выражает отношение к миру
Влияет на формирование характера, так как черты характера возникают тогда, когда темперамент достаточно развит	Влияет на темперамент
Ярче проявляется в трудных ситуациях	Проявляется в типичных ситуациях

Связь параметров темперамента и черт характера не линейная, то есть нельзя достоверно предсказать, какие черты характера будут присущи тому или иному типу темперамента при завершении процесса социализации.

К свойствам характера в отечественной психологии принято относить: 1) силу – слабость (энергичность в достижении цели – нерешительность и др.); 2) твердость – мягкость (упорство – приспособляемость и пр.); 3) цельность – противоречивость (направленность ведущих черт на достижение цели – частая смена ведущих и второстепенных черт и др.).

РАЗВИТИЕ И ФОРМИРОВАНИЕ

Характер формируется в процессе развития личности, ее общественных отношений.

Черты характера формируются на трех уровнях: физиологическом (на основе темперамента), социальном (под влиянием социума) и на уровне сознания (сам формирует характер).

Сензитивный период становления характера – возраст 2–3 до 9 лет. Черты характера формируются постепенно. В раннем детстве складываются такие черты, как доброта, общительность, отзывчивость и противоположные им, и определяются тем, как мать общается с ребенком.

Позднее формируются черты, связанные с трудом (трудолюбие, аккуратность, ответственность и др.). В этом процессе важно подкрепление со стороны родителей и взрослых. Черты характера, проявляющиеся в отношениях к людям, оформляются в младшем школьном возрасте. Здесь происходит частичная перестройка характера – компромисс между тем, чему учили дома, и тем, что от него требует школа. Если же семейное воспитание вступает в противоречие со школьным, то начинается ломка характера.

В подростковом возрасте активно развиваются волевые черты характера, а в юношеском возрасте – нравственные, мировоззренческие. К окончанию школы характер окончательно складывается. Далее характер формируется и трансформируется в течение всей жизни, но не настолько, что становится неузнаваемым. Теперь человек становится творцом своего характера в результате самовоспитания.

Основную роль в формировании черт характера играет воспитание (целенаправленное или стихийное). По целям воспитание можно разделить на три вида: воспитание для воспитателя, для общества и для воспитуемого. Воспитание для воспитателя нацелено на формирование черт, облегчающих воспитание (например, послушание); задачей воспитания для общества является формирование социально значимых черт (например, законопослушание); воспитание для воспитуемого ставит задачу формирования таких черт характера, которые выгодны для самого человека, способны гармонизировать его существование. Первые два вида воспитания условно можно назвать «дрессурой». Подлинное воспитание всегда сопровождается и процессом самовоспитания. В психологии выделены типы неправильного воспитания: 1) «Кумир семьи» – все для ребенка.; 2) Гиперопека – Все за ребенка; 3) Гипоопека – ничего для ребенка; 4) Безнадзорность – ребенок сам по себе; 5) «Золушка» – все от ребенка и ничего ему; 6) «Ежовые рукавицы» – диктат; 7) «Двойное принуждение» – непоследовательность предъявления требований и отсутствие эмоционального контакта. Тип неправильного воспитания предрасполагает к развитию определенных акцентуаций (таб.12).

Таблица 13

Распределение различных типов воспитания и типов характера

Типы воспитания	И	Ш	Э+В	ПС	А	П	М
«Кумир семьи»	* *						*
Гиперопека	*	*	*		* *		*

Типы воспитания	И	Ш	Э+В	ПС	А	П	М
Гипоопека	*	* *	* *		*		*
Безнадзорность	*	*	*				
«Золушка»					*		
«Ежовые рукавицы»		*	* *	*	*		*
«Двойное принуждение»		* *				*	*

Примечание: В клинической психологии используется классификация: И – истерический характер, Ш – шизоидный, Э+В – эпилептоидный (возбудимый вариант), ПС – психостенический, А – астенический, П – паранойяльный, М – мозаичный (смешанный).

Характер истерический – повышенная эмоциональность и впечатлительность, жажда признания, аффективно-мотивационная лабильность и пр.

Лабильность (лат. labilis – подвижный, нестойкий). Нестабильность функционирования, непостоянство, значительные колебания в амплитуде тех или иных проявлений.

Характер шизоидный – ориентация на внутренние ощущения и переживания, замкнутость, нелюдимость, необщительность, неспособность переживать яркие эмоции и пр.

Характер эпилептоидный – эмоциональная ригидность, склонность застревать на каких-либо эмоциях, педантизм, склонность следовать нормам.

Характер психостенический – застенчивость, смущение, нерешительность, робость, мнительность и пр. Вариантом этого типа характера является тревожный (озабоченность критикой в свой адрес и др.).

Характер астенический – уклонение от любой ответственности, растворение и подчинение собственных потребностей в потребностях других, повышенная эмотивность и др.

Эмотивность (лат. emoveo – возбуждать) – повышенная чувствительность, при которой эмоциональные реакции наступают быстро, достигают большой силы и нередко оказываются чрезмерно продолжительными. Синоним – эмоциональность.

Характер паранойяльный – чрезмерная чувствительность к неудачам и отказам со стороны окружающих, подозрительность, поиск тайного, угрожающего смысла в поступках окружающих и др.

НАРУШЕНИЯ

К нарушениям характера относят психопатии. Чтобы отличить акцентуации характера от психопатий, П.Б. Ганнушкин выделил три критерия:

1) Характер может считаться патологическим, если он относительно стабилен во времени, то есть мало меняется в течение жизни. «Каков в колыбельке, таков и в могилку».

2) Тотальность проявления характера: при психопатиях одни и те же черты характера обнаруживаются всюду: на работе, на отдыхе, и среди знакомых и среди чужих.

3) Социальная дезадаптация. У человека постоянно возникают жизненные трудности, причем эти трудности испытывают либо он сам, либо окружающие его люди, либо и те и другие.

Психопатии могут быть разные, их названия порой совпадают с акцентуациями.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

Характеры людей многообразны. Множество черт характера и огромное число их сочетаний делают характер человека неповторимым, уникальным. Однако характер человека может приобрести некоторые индивидуальные качества, которые воспринимаются окружающими как «тяжелый», «жесткий», «железный», «мягкий», «золотой» характер.

МЕТОДЫ ИЗУЧЕНИЯ

Экспериментальные

В динамическом подходе характер изучается на основе наблюдений и использования методик самоанализа.

В клиническом подходе также основными методами являются систематические наблюдения и использования методик для определения типов характеров.

Диагностические

Для исследования типов характера используются опросники К. Леонгарда, А.Е. Личко (для подростков).

Для изучения характера существует специальная методика А.И. Крупнова.

Отдельные черты характера можно выявить методом полярных профилей.

ТЕМА 22 • САМОСОЗНАНИЕ

ПОНЯТИЕ

Осознание себя как некой физической сущности, которая обладает формой и другими характеристиками и может становиться предметом самооценки и суждений других людей, сопровождает человека на протяжении всей жизни. Это явление является центральным во многих научных теориях. Вместе с тем до сих пор не существует ни его универсального определения, ни единства в терминологии: самосознание, «Я», «Эго», «Я-концепция» и др.

«Я-концепция», самосознание – совокупность всех представлений индивида о себе, сопряженная с их оценкой (Р.В. Бернс). В основе самосознания лежит способность человека отличать себя от своей собственной жизнедеятельности. Согласно современным представлениям «Я-концепция» включает: 1) когнитивную, 2) оценочную и 3) поведенческую составляющие.

1. ***Когнитивная* составляющая** – это знания и представления о себе (о своих физических свойствах, способностях, качествах и пр.) – «Я-образ». Этот образ включает: «Я-реальное» (какой я на самом деле); «Я -идеальное» (каким я хотел бы быть); «Я-зеркальное» (как меня воспринимают другие) или, например, у К. Хорни «Я-фантастическое» (каким мог быть, если было бы возможно). Человек стремится приблизить реальное «Я» к идеальному. Если же преобладает фантастическое «Я», то сознание и деятельность личности дезорганизуются и выход из невротического конфликта возможен только через осознание личностью своего реального «Я».

2. ***Оценочная* составляющая** выражает отношение человека к себе в целом и к своим отдельным качествам. Это отношение проявляется в форме непосредственной эмоциональной реакции или оценочного суждения. Адекватное отношение к себе выступает в форме самоуважения, гордости, требовательности к себе, совести, чувства долга и выражается в самооценке. Самооценка может быть адекватной (совпадающей с реальной) или неадекватной, которая в свою очередь, может быть завышенной или заниженной. Самооценка может быть устойчивой и неустойчивой. Желаемая самооценка называется **уровнем притязаний**. Он проявляется в трудности целей, задач, которые человек выбирает, и повышается при успехе деятельности. Для полноценного самочувствия человеку необходимо самоуважение. Согласно У. Джеймсу самоуважение находится в прямой зависимости от успеха и в обратной – от уровня притязаний.

$$\text{Самоуважение} = \frac{\text{успех}}{\text{уровень притязаний}}$$

При отсутствии успеха человек вынужден снижать уровень притязаний.

3. *Поведенческая* составляющая – саморегулирование поведения личности. Адекватные когнитивная и оценочная составляющие формируют и адекватное поведение. Саморегуляция поведения имеет две формы: управление конкретным поведением и планирование, которое является основой самовоспитания.

Самооценка – оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей.

Уровень притязаний – желаемая самооценка (К. Левин); установка личности на определенный статус, успех, результат деятельности, находящаяся в зависимости от уровня самооценки личности.

Я-образ – это знания и представление личности о себе, о своих физических свойствах, способностях, качествах.

Я-реальное – представление о том, каким человек является сейчас.

Я-идеальное – представление о том, каким человек хочет быть.

Я-фантастическое – представление о том, каким человек мог бы быть, если это было возможно.

Я-зеркальное – представление о том, каким человека воспринимают другие.

ФУНКЦИИ

«Я-концепция» играет, по существу, троякую роль: 1) она способствует достижению внутренней согласованности личности, необходимой для психического благополучия; 2) определяет интерпретацию опыта и 3) является источником ожиданий по отношению к другим людям. Если что-то в поведении человека или других людей противоречит «Я-концепции», то информация об этом искажается или отвергается с помощью психологических защит или «Я-концепция» «сопротивляется» изменениям, часто вопреки логике и здравому смыслу. Если же изменения все же происходят, то они достаточно серьезны и сопровождаются негативными переживаниями и психологическими проблемами.

Защиты психологические – в клинической психологии и психиатрии – любая из ряда реакций, которые человек бессознательно усваивает и использует для защиты своих внутренних психических «структур» (например, эго, я, от беспокойства, конфликта, стыда

и т. д.). Это значение доминирует в психологии и используется в ряде составных терминов (защитные механизмы, защитная реакция, невротическая защита). Подробнее см. часть III.

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ

«Я-концепция» возникает и развивается под воздействием сенсорной информации, поступающей изнутри и извне, интерпретируемой мозгом. Важным для формирования «Я-концепции» является объективное восприятие окружающего.

ТЕОРИИ

Исследования, связанные с «Я-концепцией имеют в зарубежной психологии 4 основных источника:

1. Основополагающие **подходы У. Джеймса**. Он впервые выделил две составляющие «Я»: Я – сознающее и Я – как объект осознания). Последнее «Я» по Джеймсу включает: Я-духовное, Я-материальное, Я-социальное, Я-физическое. Джеймс установил также зависимость самооценкой и успехом, которые оказывают существенное влияние на «Я-образ».

2. **Исследования Кули и Мида**, которые показали зависимость «Я-концепции от социального окружения. По мнению этих ученых, человек ценит себя в той мере, в какой его ценят другие, и он утрачивает свое достоинство в той мере, в какой испытывает отрицательное и пренебрежительное отношение к себе со стороны окружающих.

3. **Исследования Э. Эриксона,** посвященные изучению процесса становления идентичности, источником которой является «культурно значимые достижения».

4. **Представления К. Роджерса**, который утверждал, что личностное «Я» представляет собой внутренний механизм, который создается рефлексивной мыслью на основе стимульного воздействия. Уже на начальной стадии его формирования вокруг него группируются оценочные и аффективные установки, придавая ему качества «хорошего» или «плохого». Интериоризация этих оценочных моментов осуществляется под воздействием культуры, других людей, а также самого «Я».

В отечественной психологии исследованиям «Я-концепции» посвящены работы Т. Шибутани, А.А. Налчаджян, В.С. Агеев и др. Исследованию самосознания и отдельных его сторон посвящены работы В.В. Столина, И. Кона, С.Р. Пантелеева и др.

Идентичность – внутренняя непрерывность и тождественность личности (Э. Эриксон). Обладать идентичностью – значит, во-первых, ощущать себя, свое бытие как личность неизменным, независимо от изменения ситуации, роли, самовосприятия; во-вторых, это значит, что прошлое, настоящее и будущее переживаются как единое целое; в-третьих, это означает, что человек ощущает связь между собственной непрерывностью и признанием этой непрерывности другими людьми.

КЛАССИФИКАЦИЯ ВИДОВ

Какой-либо классификации различных видов «Я-концепции» в психологии не существует. Исследования, которые ведутся в этой области, свидетельствуют о многообразии различий «Я» у разных людей в зависимости от разнообразных причин.

Так, выделяют: фальшивое и беспомощное «Я» (Столин); воплощенное и невоплощенное «Я» (Ленг); эмпирическое, физическое, духовное «Я» (Джеймс) и пр.

СВОЙСТВА И ЗАКОНОМЕРНОСТИ

«Я-концепция» зависит от окружающей человека среды. Исследование Куперсмита показало, например, что самооценка ребенка зависит от взаимоотношений в семье. Так, низкая самооценка ребенка формируется в семье, где у него пытаются сформировать приспособительное поведение, средняя самооценка – в семье, где родители склонны занимать покровительственную, снисходительную позицию, а высокая – там, где стандарты семейного поведения – поддержка, доверие, солидарность.

РАЗВИТИЕ В ОНТОГЕНЕЗЕ

«Я-концепция» формируется в процессе деятельности и общения с другими людьми. Каждая составляющая формируется на двух уровнях: 1) «Я»–«другие» (по сравнению с другими людьми складываются знания о себе, самооценка и поведение), 2) «Я»–«Я» (по сравнению с собой). Самосознание – поздний продукт развития. В первые годы жизни появляются его несовершенные формы. В.С. Мерлин выделяет 4 стадии развития самосознания: а) осознание своей тождественности и формирование физического «Я» (1–2 года); б) осознание «Я», отделение себя от других (2–3 года), осознание идет через речь и действия со взрослыми; в) осознание своих психических

свойств (хороший, плохой) в 6–7лет. Они осознают свои познавательные процессы (внимание, память, мышление); г) осознание социально-нравственных качеств (честный, смелый). В подростковом возрасте научаются оценивать себя глазами других.

ПАТОЛОГИЯ

Осознание человеком собственной личности (самосознание) является существенным признаком психической нормы. Многие психические заболевания могут нарушать процесс самопознания и приводит к тому, что человек осознает себя не тем, кем является в реальности, или осознает себя множественным. Нарушение четырех признаков самосознания приводит к психической патологии (К. Ясперс): 1) чувство деятельности; 2) осознание собственного единства в каждый момент времени; 3) осознание собственной идентичности; 4) осознание того, что «Я» отлично от остального мира, от всего, что не является «Я».

У. Джеймс указывает на такие расстройства личности, как: 1) умственное помешательство, 2) раздвоение личности («Я»), 3) медиумизм.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

Индивидуальные особенности безусловно имеют место, но настоящий уровень исследований в этой области не позволяет сделать какие-либо обобщения.

МЕТОДЫ ИЗУЧЕНИЯ

Экспериментальные

В качестве экспериментальных методов исследования самосознания («Я-концепции») приведем методику изучения зависимости «Я-концепции » (в частности, самооценки) ребенка от взаимоотношений с родителями, выполненную Куперсмитом.

Испытуемыми были городские мальчики 10–12 лет (1748 чел.) из благополучных семей с нормальным психическим развитием, а также их матери.

Методика исследования включала:

1) для изучения взаимоотношений матери и ребенка использовались: беседа (182 вопроса), опрос (по 80 пунктам);

2) для изучения отношения ребенка к семье использовался ТАТ;

3) для изучения самооценки ребенка применялся опросник (50 высказываний типа «Я горжусь своими успехами в учебе» и др.);

4) для оценки качеств ребенка был проведен опрос учителей.

Результаты исследования показали, что самооценка детей зависит от взаимоотношений в семье (выявлены условия формирования низкой, средней и высокой самооценки) (см. Свойства и закономерности).

Диагностические

Для измерения самосознания используются разнообразные методики. Подавляющее большинство методик исследования «Я-концепции» основаны на самоотчетах. Это в основном тщательно продуманные опросники.

1. Методика «Кто Я» (Куна)
2. Методика Будасси
3 Методика Дембо– Рубинштейна
4. Методика Мерхена
5. Метод Q-сортировки
4. Самооценочные шкалы
5. Роршах
6. ТАТ
7. Самоотчеты по вопросникам

ЧАСТЬ 2

МЕТОДИЧЕСКИЕ ВОПРОСЫ ПРЕПОДАВАНИЯ ПСИХОЛОГИИ

РАБОТА ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ПСИХОЛОГИИ С ПСИХОЛОГИЧЕСКИМ ТЕЗАУРУСОМ

СЕМИОТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРЕПОДАВАНИЯ ПСИХОЛОГИИ

РОЛЬ УЧЕБНЫХ ЗАДАЧ В ПРЕПОДАВАНИИ ПСИХОЛОГИИ

2.1. РАБОТА ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ПСИХОЛОГИИ С ПСИХОЛОГИЧЕСКИМ ТЕЗАУРУСОМ

Высокие требования, предъявляемые современным обществом к специалистам высшего образования, предполагают существенные изменения и в методах преподавания как фундаментальных, так и специальных дисциплин. Автор теории контекстного обучения профессор А.А. Вербицкий утверждает, что профессиональное обучение с самого начала должно осуществляться в контексте избранной профессии. Поэтому овладение спецификой и сложностью психологического тезауруса для будущего психолога есть не только образовательная, но и профессиональная задача. Но и любой специалист в современном обществе должен быть знаком с основами научной психологии, знать и понимать психологию человека. Для этой цели необходимо прежде всего овладеть языком науки. Язык психологии специфичен, не всегда понятен и требует много усилий для усвоения. В процессе преподавания психологии это обстоятельство следует учитывать и уделять освоению психологического тезауруса значительное место, особенно для специальности «Психология», где специалист должен и мыслить на языке науки.

Принципиальное отличие психики человека от психики животных – ее орудийность, знаковость. По выражению Л.С. Выготского, «если основная и общая деятельность больших полушарий у животных и человека есть сигнализация, то основной и самой общей деятельностью человека, отличающей в первую очередь человека от животного с психологической стороны, является сигнификация, то есть создание и употребление знаков».

В качестве психологических орудий Л.С. Выготский выделял: язык, различные формы нумерации и исчисления, мнемотехнические приспособления, алгебраическую символику, произведения искусства, карты, диаграммы, чертежи, всевозможные условные знаки. Эти знаки выполняют особую, орудийную функцию в познавательной деятельности человека.

Они созданы человеком для того, чтобы воздействовать не только на других людей, но прежде всего на самого себя. Все высшие психические функции по сути связаны с символической деятельностью человека. Использование различных знаковых средств познавательной деятельности, как указывают многие исследователи (М.В. Гамезо, Е.А. Петрова, Н.Г. Салмина и др.), является непременным условием ее эффективности.

Среди знаковых систем особо выделяется естественный язык. Ему принадлежит ведущая и определяющая роль в деятельности человека. Эта система знаков глобально охватывает всю реальность, в которой живет человек, и связывает все остальные системы.

Через нее человек осваивает высшие психические функции и становится человеком в полном смысле этого слова.

Единицей языка является слово. Отношение субъекта к предмету, обозначенному словом, опосредуется через значение этого слова (А.Н. Леонтьев).

Усвоение и правильное использование слова зависит от глубокого понимания отношения «слово – значение». Многие трудности в обучении связаны с недостатками в понимании и употреблении знаково-символических средств вообще и знаков естественного языка в частности.

Психологическая наука оперирует своей специфической системой понятий, многочисленными терминами, часто заимствованными из других языков (латинского, греческого, английского, немецкого), то есть она имеет свой научный тезаурус.

Тезаурус – словарь или свод данных, полностью охватывающий термины, понятия какой-нибудь специальной сферы, в нашем случае – сферы психологической науки.

Тезаурус психологии – основа понимания и усвоения системы научных знаний и формирования профессионального языка и одновременно источник многих трудностей обучения.

Наиболее часто встречаются следующие трудности.

1. *Трудности, связанные с переводом термина на естественный язык.* К ним относятся такие термины, как **интроспекция, экстериоризация, интериоризация, апперцепция, депривация, филогенез, онтогенез и т.д.**

Простое введение такого слова и даже многократное его употребление не избавляют от ошибок. Здесь необходима специальная работа со значением слова, его структурой и этимологией (происхождением слов). Например, апперцепция – латинское слово, состо-

ит из двух слов: «ап» – до и «перцепция» – восприятие, тогда «апперцепция»-буквально означает – до восприятия. Отсюда становится ясным, что все, что было у личности до моментв восприятия (опыт, знания, качества личности и т.п.), влияет на качество восприятия.

2. *Трудности, связанные с усвоением терминов, близких по звучанию и написанию, но различных по значению.* К таким терминам относятся слова, включающие составные части сложных терминов, таких, как **интер (между, среди, взаимный), интра (внутри), интро (движение внутри или по направлению вовнутрь).**

3. *Трудности, связанные со схожестью научных терминов с житейскими.* Так, термин **чувствительность** как характеристика ощущений часто интерпретируется как личностное свойство – способность к сочувствию, сопереживанию. И, хотя такое понимание этого слова возможно, но двойственность его значений должна быть ясна студентам.

Иногда ошибки возникают за счет неправильного понимания состава слова. Например, в слове **произвольный** корнем слова называют произвол, и смысл слова меняется.

4. *Трудности, связанные с употреблением слов в специальных дисциплинах в более узком или более широком смысле.* Термин **когнитивный** (когнитивная психология, когнитивный диссонанс) – лат. cognitio – знание – в когнитивном консультировании превращается только в мышление.

5. *Трудности, связанные с недостаточным анализом названий психологических теорий и концепций.* Например, индивидуальная психология А. Адлера, аналитическая теория К. Юнга,

6. *Трудности, связанные с неточным произнесением термина или с неправильным слуховым восприятием.* Таким термином является, например, **локус контроля**. Если содержание этого термина (локус – место, а локус контроля – место контроля) не проанализировать и не заострить внимания на произношении, то термин превращается в локус-контроль, что ведет к искажению смысла.

7. *Трудности, возникающие при употреблении таких общенаучных терминов, как* ***функции, механизмы и пр., и даже виды и свойства.***

Безусловно, существуют и другие трудности.

Ошибки и трудности в употреблении научной терминологии говорят о необходимости специальной работы преподавателя в этом направлении.

Методические рекомендации по работе с психологическим тезаурусом целесообразно проводить систематически и поэтапно по каждой учебной теме.

На 1-м этапе необходимо выделить тезаурус темы. Целостное представление преподавателем тезауруса темы является предпосылкой дальнейшей, последовательной и систематической работы с ним, что и способствует усвоение его студентами.

2-й этап – первое введение термина. Введение нового термина требует четкого и внятного произнесения преподавателем, обязательной записи на доске и объяснения этимологии слова и других особенностей. Если термин ранее употреблялся в одном значении, а теперь будет употребляться в ином значении (более узком или более широком), то различия в значениях должно быть разъяснено.

На 3-м этапе, когда термин уже не новый, важно достаточно часто его употреблять в течение занятий, время от времени возвращаясь к его значению («переводу»).

На 4-м этапе термин употребляется без «перевода» и достаточно часто. Необходимо добиваться, чтобы студенты научились мыслить на языке науки. Этому могут способствовать контрольные тесты на знание тезауруса, терминологические диктанты и др.

Важно обращать внимание на знание и понимание тезауруса науки на семинарских и практических занятиях, зачетах, экзаменах и учитывать при оценке знаний.

Мы убеждены, что специальная работа над психологической терминологией может существенно повысить не только культуру профессиональной речи студентов, но и уровень понимания и усвоения психологических знаний.

2.2. СЕМИОТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРЕПОДАВАНИЯ ПСИХОЛОГИИ

Высшие психические функции, по словам Л.С. Выготского, носят опосредованный, искусственный характер. Создание и употребление знаков знаменует новый этап в развитии человеческого сознания, этап овладения своим поведением. Естественно тогда предположить, что усвоение законов становления и функционирования человеческого сознания, его высших психических функций не может осуществляться без опоры на законы символической функции сознания.

В педагогической психологии часто используется термин наглядность, который имеет прямое отношение к понятию опосредования. Однако это не одно и то же. Познавательная деятельность человека в своей основе всегда опирается на целостные психические

образы: образы восприятия, представления, воображения и мышления. Поэтому в обучении используются различные средства наглядности от реальных предметов до весьма абстрактных знаково-символических моделей. Однако не всякий предмет нагляден.

Психологический принцип наглядности, сформулированный А.Н. Леонтьевым, гласит: предмет нагляден, если совпадают две деятельности – деятельность учащихся с наглядным материалом и деятельность, которая составляет суть процесса обучения.

Так, в тесте Розенцвейга важно, чтобы испытуемый быстро «схватил» ситуацию, а не детали. Поэтому деятельность испытуемого будет совпадать с деятельностью, которая задумана экспериментатором, и, следовательно, предмет (картинки) – нагляден. Если же на картинках были бы изображены посторонние детали, то суть ситуации была бы скрыта, и испытуемый выполнял бы другую деятельность (разглядывал детали), и она не совпадала бы с задумкой экспериментатора. В этом случае предмет не был бы наглядным.

По способам отображения объекта наглядные средства в психологии (М.В. Гамезо, Н.Г. Салмина) делятся на: натуральные, изобразительные и знаковые.

В силу абстрактности предмета психологической науки **натуральные** средства в преподавании психологии не используются.

К изобразительным средствам можно отнести фотографии, репродукции картин художников, плакаты.

1. **Фотографии** целесообразно использовать при изучении эмоций. Известно, что эмоции, особенно сложные, трудно поддаются точной интерпретации. Одна и та же эмоция разными людьми может воспринимается по-разному. В этом процессе немалую роль играет личный опыт человека. Известно, сколь искусны бывают в прочтении эмоций психотерапевты и психиатры. Поэтому демонстрации фотографий с изображением эмоций на занятиях психологии могут пополнить и так весьма скромный опыт студентов в распознавании различных проявлений эмоций.

Сложность заключается в том, что набора необходимых фотографий как методического пособия не существует и преподавателю приходится создавать свой индивидуальный банк таких фотографий, что представляет определенную трудность.

2. **Репродукции** можно использовать в различных темах общей, возрастной, социальной и педагогической психологии для демонстрации отдельных свойств личности, проявления темперамента, эмоций и т.п.

В теме «Воображение» картины известных художников будут полезны как иллюстрации к таким сложным понятиям, как агглютинация (В.М. Васнецов «Песнь радости и печали», где изображены мифические существа с головами женщин и телами птиц и др.), типизация, примерами которой могут служить дружеские шаржы (Кукрыниксы и др.).

Картины художников различного жанра (В.В. Кандинского, К.С. Малевича и др.) дают возможность учащимся понять своеобразие и многообразие художественного воображения человека.

Портретная живопись удобна и как модель для обучения искусству «прочтения» человека. Такая работа может проводиться в виде игры, в которую любили играть А.П. Чехов и П. Виардо. Суть игры состоит в следующем: для анализа представляется портрет известного, но малознакомого человека и предлагается внимательно рассмотреть портрет и перечислить все его личностные качества.

Затем результаты сличаются с теми характеристиками, которые имеются в действительности.

В этой игре оттачивается наблюдательность, формируется симультанное восприятие, приобретается необходимый опыт понимания другого человека, столь необходимые психологу;

3. **Плакаты** – это средство, предназначенное для непосредственной демонстрации учебного материала в аудитории и служащее опорой для объяснения. Например, вместо того чтобы рисовать на доске схему механизма рефлекторной деятельности, целесообразно использовать готовый плакат.

В плакатном варианте могут иллюстрироваться зрительные иллюзии, модель интеллекта Гильфорда, пирамида потребностей А. Маслоу и др.

К знаково-символическим средствам наглядности относят отдельные символы, знаки, графики, схемы, таблицы, знаковые модели.

1. **Знаковые модели.**

Модель (по В. Штоффу) – это материальная или мысленно представляемая система, которая, отражая объект, способна замещать его так, что ее изучение дает новую информацию об этом объекте. Модель несет в себе черты психического образа и потому является наглядной.

В учебном процессе опора на модели объекта облегчает понимание, обеспечивает связи между научной теорией и материальной действительностью, способствует обобщению и запечатлению изучаемого материала в памяти.

К числу таких моделей, которые широко используются в преподавании психологии можно отнести: топографическую модель личности З. Фрейда в интепретации Зиглера и Хьелла (рис. 44), модель структуры личности К. Юнга (рис. 45) и модель психической жизни человека Э. Берна (см. рис. 46).

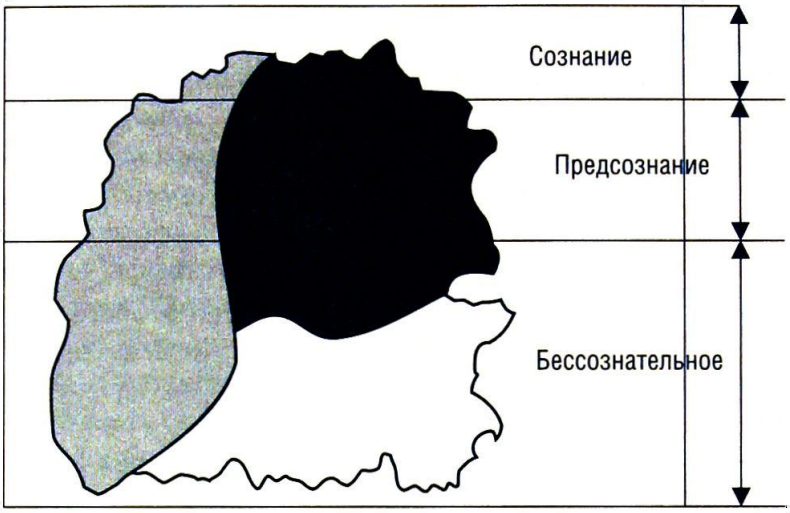


Рис. 44. Топографическая модель личности З. Фрейда

Рис. 45. Модель структуры личности К. Юнга

Рис. 46. Модель психической жизни человека

Эти модели были созданы не для целей обучения. Они – результаты научной рефлексии авторов, средства опосредования их профессионального мышления.

Используя модель при обучении психологии, преподаватель ведет мысль студентов по пути, пройденному гениальными творцами, показывая происхождение знания, его истоки, подводные камни и нерешенные проблемы.

Дидактические функции графических моделей могут со всей полнотой проявляться лишь в том случае, если демонстрация их сопровождается словесным раскрытием содержания материала.

И.М. Сеченов отмечал, что мысль человека переходит из области ощущений в область внутренней речи как системы условных знаков. Без этого элементы мышления, лишенные образных форм, не имели бы возможности фиксироваться в сознании.

В практической работе консультанта знаковые модели могут служить средством опосредования человеком своей психической жизни. Известный психолог Г.С. Абрамова, развивая идеи Л.С. Выготского о высших психических функциях сознания человека, утверждает, что у взрослого человека, переживающего жизненный стресс, нет знаков, необходимых для управления своим поведени-

ем. В психологическом консультировании другой человек (психолог) может стать носителем таких знаков, которые будут способствовать появлению новообразований в психической реальности человека, способствовать перестройке его функциональных систем и новому видению своей психической жизни.

Графические модели (знаки) используются психологами для обозначения образа «Я» человека, переживающего жизненный стресс, для отображения сложных взаимоотношений между людьми, ситуаций взаимодействия.

Такие модели позволяют клиенту (и психологу) удерживать внимание на проблеме, отвлечься от обстановки консультирования, лучше осознать ее.

Особенно эффективными (Г.С. Абрамова) оказались модели с символом круга. Круг-идеальная модель «Я» (Я-знак). На основе круга можно показать человеку особенности строения его психической реальности как целостного предмета: размеры психического пространства (через величину круга); происхождение «Я» и его активности (через построение круга); варианты изменения под воздействием разных сил (внешних и внутренних); качество границ (сопротивление и его варианты); качество «Я» (варианты структурирования, обозначение структурирующих сил).

Приведем пример. Консультирование родителей по поводу школьных трудностей ребенка 1-го класса. Родители считали, что решающее значение для изменения школьной успешности играют внешние воздействия. В то же время обследование показало низкий уровень готовности первоклассника к школьному обучению и наличие минимальных мозговых дисфункций.

В процессе беседы психолог воспользовался «Я»-кругом (см. рис. 47). Круг символизировал психическую реальность ребенка как целостность с границей – окружностью. Стрелками обозначались внешние воздействия, которые встречают сопротивление, так как есть границы. Внутренние силы (стрелки внутри круга) удерживают целостность психической реальности. Психолог обращал внимание на необходимое для нормального существования психической реальности соотношения внешних и внутренних сил и нарушение этого соотношения у ребенка.

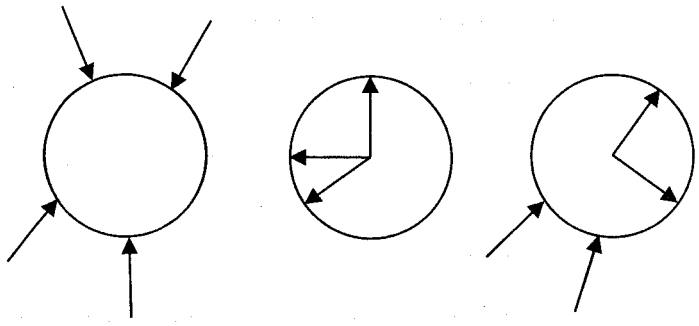


Рис. 45. Проективные модели

Таким образом, графическая модель помогла родителям осознать ситуацию.

2. **Таблицы.** Дидактические цели таблиц могут быть различными.

Чаще всего таблицы создаются при необходимости обобщить большой по объему материал, выделить существенное и зафиксировать его для последующего воспроизведения.

Создание таких таблиц является умственной деятельностью, благодаря которой материал осмысливается и запечатлевается в памяти.

Обычно таблица имеет несколько столбцов и строк. В них фиксируются основные структурные единицы информации. Поэтому столбцы и строки должны быть обозначены (названы). Заполнение таблицы предполагает свертывание информации, использование лаконичной записи.

Таблица дает возможность охватить всю информацию в целом.

Сближение элементов информации (в столбцах и строках) содействует ее анализу, сравнению и более глубокому осознанию.

Такие таблицы создаются сначала в совместной деятельности преподавателей и студентов, а потом при самостоятельной подготовке студентов к экзаменам, зачетам.

Таблицы могут использоваться в готовом виде как результат обобщения материала авторами. Готовые таблицы можно найти в любых учебниках и учебных пособиях по психологии.

Примером таких таблиц могут служить таблица «Стадии развития личности» по Э. Эриксону, Д.Б. Эльконину, таблица порогов чувствительности (Р.С. Немов), ряд таблиц представлены в данном пособии и др.

Однако простая демонстрация даже очень хорошей таблицы не дает нужного эффекта

Здесь необходимо словесное пошаговое сопровождение преподавателя, объяснение не только целей и задач табличного представления информации, но и дополнительная иллюстрация отдельных элементов таблицы практическими примерами.

Таблицы находят свое применение в поисковой и исследовательской работе психолога как способ описания результатов исследования. В ходе подготовки психологов следует обращать внимание на поиск адекватных форм представления результатов диагностического обследования, на умение выбрать наиболее наглядную и простую форму. Иногда форма представления может способствовать выявлению новых связей и закономерностей, в то время как неудачная форма может мешать осмыслению и интерпретации полученных результатов.

Таблицы могут использоваться и как форма учебного задания.

Такие задания не требуют много времени, но дают возможность студентам лучше осмыслить изучаемый материал, а преподавателю оперативно управлять познавательной деятельностью студентов.

Например, заполнить таблицу:

Таблица 14

Познавательные процессы

Процесс	Определение	Функции	Механизмы	Виды	Свойства	Законы	Диагностика
Ощущения							
Восприятия							
Внимание							
Память							
Мышление							
Воображение							

Обозначить:

Слабую выраженность – знаком «–»,
Очень низкую – знаком «– –»,
Среднюю – знаком «+»,
Сильную – знаком «++»,
Очень сильную – знаком «+++».

Табличный способ представления информации может затруднять освоение знания, если:

– не ясна цель использования этого способа или он не соответствует поставленной цели;

– нет обозначений элементов таблицы, или обозначения неадекватны содержанию;

– таблица перегружена словесной информацией и т.п.

3. **Схемы.** В отличие от таблиц схемы наиболее удобны для представления и переработки учебной информации. В ней информация представлена не только в обобщенном виде, но и в компактной, легко обозримой форме, где отражены все связи и отношения между элементами. Схема дает целостное представление об объекте в абстрактном, «очищенном от несущественной информации» виде.

Учебные пособия по психологии содержат большое количество разнообразных схем, которые с успехом используются преподавателями. Есть даже специальное пособие «Общая психология в схемах и комментариях к ним» (В.Г. Крысько).

Однако не всякая схема наглядна и помогает осмыслить и запомнить учебный материал. Нередко схема оказывается громоздкой, с множеством «защумляющих» информацию элементов. Иногда схема демонстрирует лишь отдельные элементы знания, а не целостную его структуру.

Анализ умственной деятельность студентов при использовании схем показал, что схема не выполняет свои дидактические функции, если:

– количество элементов информации слишком велико, трудно всю схему охватить одним взглядом;

– используются геометрические фигуры многообразных форм, что «зашумляет»информацию;

– неудачно пространственное расположение графических элементов на листе;

– словесная информация в схеме избыточна и т.п.

Любая схема сама по себе не имеет дидактической ценности.

Ее смысл необходимо донести до учащихся посредством специальных комментариев преподавателя. Иначе такие элементы схемы, как стрелки, различного рода линии не воспринимаются как связи и отношения элементов информации и не усваиваются.

Не каждый учебный материал подходит для представления в схемах. Целесообразно использовать схемы при изучении различных

классификаций: познавательных процессов, способностей и т.п. Составляя схему, например видов ощущений, мы можем значительно сократить время и более детально остановиться на характеристике отдельных ощущений. Особенно ценны схемы при отражении механизмов психологических явлений (рефлекторное кольцо, волевого действия и др.).

г) графики. Представление процесса, механизма, явления в системе координат не только визуальная иллюстрация изучаемых феноменов, но прежде всего модель работа с которой дает новые знания и возможности предвидения изменений.

Приведем примеры таких графиков.

Это и график зависимости продуктивности деятельности субъекта от силы его эмоций Д.О. Хебба (рис. 48), и график закона Йоркса–Додсона (рис. 49).

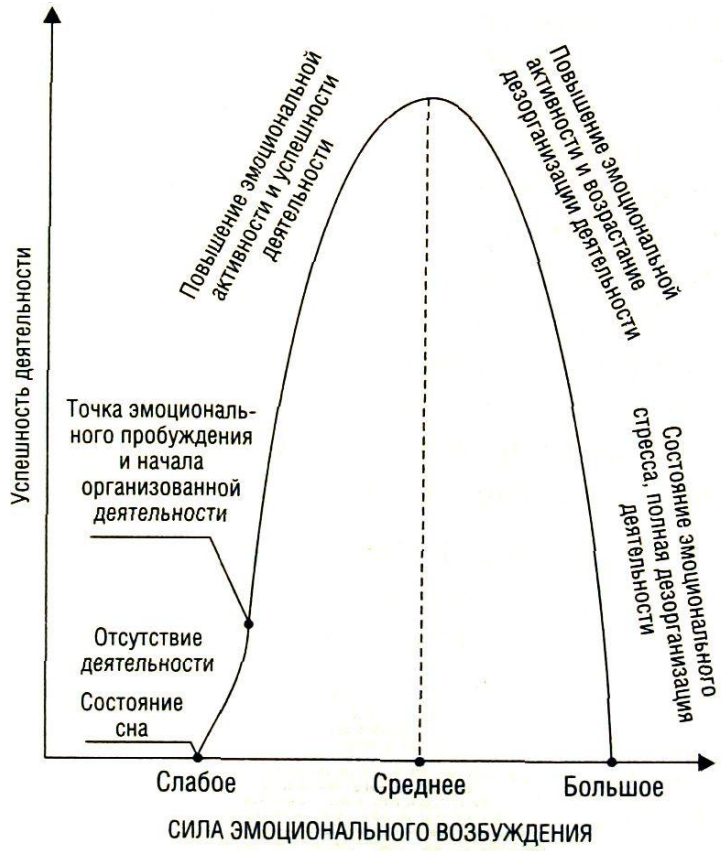


Рис. 48. Зависимость успешности деятельности человека от силы его эмоционального возбуждения (по Д.О. Хеббу)

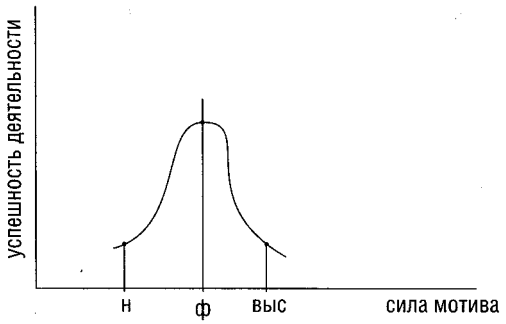


Рис. 49

Любой график, так же как и схемы и таблицы, требует словесных комментариев и навыка чтения и построения графиков;

5. Рисунки. Рисунки – исключительно удобное и широко применяемое преподавателями средство обучения психологии. Часто они рисунки являются сугубо индивидуальными, придуманными самими преподавателями. Иногда можно использовать рисунки, имеющиеся в методической литературе.

Удачный рисунок четко выделяет существенное в изучаемом объекте, акцентирует на нем внимание, позволяет менять изображение при необходимости, удалять или вводить отдельные элементы объекта в соответствии с пониманием.

Рисунки могут быть статичными. Нарисовав такой рисунок на доске, можно использовать его для дальнейшего объяснения. К таким рисункам относятся, например, точечные, простые изображения. Ими удобно пользоваться при изучении законов гештальта:

11 11 11 + + + + + +
11 11 11 + + + + + +
11 11 11 + + + + + +

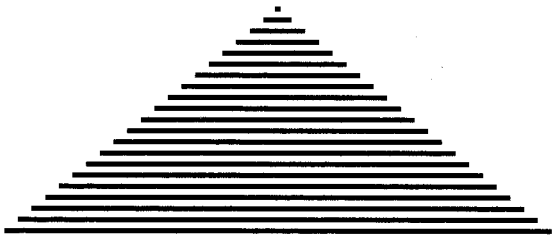


Рис. 50. Иллюстрации законов гештальта

Более сложные рисунки целесообразно демонстрировать на плакатах.

Больший дидактический вес имеет динамический рисунок. В этом случае преподаватель в ходе объяснения имеет возможность добавлять недостающие элементы или удалять мешающие несущественные. Так, при изучении классификации потребностей по А. Маслоу целесообразно использовать динамический рисунок для демонстрации одновременно с описанием отдельных видов потребностей и их онтогенетического развития. При этом каждая кривая изображается последовательно, иллюстрируя очередную часть объяснения:

Рис. 51. Развитие потребностей в онтогенезе

2.3. РОЛЬ УЧЕБНЫХ ЗАДАЧ В УСВОЕНИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗНАНИЯ

Понятие «задача» широко используется в психологической науке.

Задача **– это знаковая модель какой-то прошлой проблемной ситуации. Если в этой ситуации выделить условия и искомые, то она превращается в задачу.**

Задача учебная **– это задача, специально подобранная или сконструированная для целей обучения.**

Задание понимается нами как требование выполнить какое-то действие. У задания менее строгая, чем у задачи, логическая форму-

лировка, но требования похожи: ответить на вопрос, выполнить какое-то действие и т.д.

Исследователи мышления, интеллекта (Р. Кеттелл, А. Бине, Дж. Гильфорд и др.) считали наилучшим способом побудить человека думать постановку перед ними задач.

В науке существуют различные классификации учебных задач.

Одна из известных классификаций учебных задач принадлежит Д.Г. Деллингеровой.

Она выделяет 5 групп учебных задач согласно когнитивным характеристикам:

1) задачи на воспроизведение знаний;

2) задачи на простые мыслительные операции;

3) задачи на сложные мыслительные операции;

4) задачи, предполагающие обобщение знаний и сочинение;

5) задачи на продуктивное мышление.

Представляет определенный интерес и классификация учебных задач Г.А. Балла. В зависимости от познавательных операций, которые используются при решении задачи, выделяется 5 видов:

1) перцептивные (рассмотреть рисунок, найти части объекта и др.)

2) мыслительные (на сравнение объектов, на анализ, классификацию и др.);

3) имажинативные (образные), если надо, опираясь на имеющиеся знания представить и описать событие, которое происходило или могло произойти;

Имажинизм – направление в русской литературе начала XX в., утверждавшее, что цель творчества состоит в создании самоценных словесных образов.

Деятельность имажитивная (фр. imago – образ) – деятельность воображения в процессе творчества.

4) мнемические задачи (запомнить, вспомнить);

5) коммуникативные задачи (задачи на установление контакта, поддержание и прекращение общения и др.).

Если за основу классификации учебных задач принять цели профессионального обучения, то можно выделить две группы учебных задач:

1) задачи, целью которых является овладение студентами учебной информацией;

2) задачи, целью которых является овладение профессиональными знаниями, умениями и навыками.

Каждая группа может содержать задачи:

а) прямые вопросы, требующие знаний учебного материала и способности его припомнить. Они обеспечивают актуализацию учебного материала. Это дает возможность студентам понять, какие виды знаний являются существенными (основные понятия, функции, механизмы, свойства, закономерности различных психических явлений и др.);

б) косвенные, требующие размышления, которые невозможно решить путем простого припоминания. Это задачи на интерпретацию психологических фактов, законов, на сравнительный анализ концепций, точек зрения, представлений;

в) прооблемные, которые требуют продуктивного мышления.

Таблица 15

Классификации учебных задач при обучении психологии

№	Группы задач	А	Б	В
А	Задачи на овладение учебной информацией	Прямые вопросы	Косвенные (мыслительные)	Задачи-проблемы
Б	Задачи профессиональные	Прямые вопросы	Косвенные (мыслит.)	Задачи-проблемы

Целесообразно в процессе преподавания психологии использовать все виды задач.

Приведем примеры учебных задач. **Задачи группы А** покажем на примере усвоения курса общей психологии.

1. *Задачи – простые вопросы, требования. Например:*

– Какая память называется опосредованной?

– Дайте определение восприятию.

– Какими методами можно изучить объем внимания?

2. *Задачи – косвенные. Например:*

– Какие цветы выглядят ярче в сумерках – маки или васильки?

– В чем сходны и в чем различны ощущения и восприятия?

– В чем сходство и различие теорий личности З. Фрейда и К. Юнга?

– Одни люди полагают, что человек внимателен, если он не отвлекается на разговоры, посторонние шумы и т.п.

Другие думают: внимателен тот, кто, выполняя работу, видит и слышит все, что делается вокруг.

Третьи под вниманием понимают способность мгновенно замечать на предъявленных текстах много деталей.

Кто же самый внимательный субъект?

3. *Задачи-проблемы.*

В качестве таких задач могут выступать научные проблемы, а источником могут служить диссертационные исследования. Например:

– Какова может быть методика исследования отношения дошкольников к табакокурению?

Решение этой задачи целесообразно решать в форме групповой дискуссии. В результате обсуждения студенты придут к методике диссертантки: 1) беседа, 2) проективный рисунок (курящего и некурящего человек), 3) выбор (из 10 сказочных персонажей отобрать курящих и некурящих, 4) ролевая игра – «День рождения» под наблюдением скрытой камерой.

Задачи группы Б – профессиональные (на примере курсов психологического консультирования).

1. *Задачи – простые вопросы, требования.*

Например, выберите правильный ответ:

Проработка защит характеризуется: 1) идентификацией защиты, 2) пониманием развития защиты, 3) выявлением цели защиты, 4) развитием новых защит, 5) характеризуется всем сказанным выше, 6) характеризуется сказанным в пп.1, 2 и 3.

2. *Задачи – косвенные. Это, как правило, задачи, обеспечивающие понимание профессиональных знаний.* Например: что из перечисленного входит в число барьеров клиента, требующих от консультанта умения преодолевать их для активного выслушивания:

1) отсутствие доверия к консультанту,

2) очень сильные эмоции (гнев, депрессия, тревога),

3) чувство смущения, стыда,

4) культурные, половые, религиозные различия,

5) вазговорчивость,

6) все названное,

7) все, кроме 2 и 5.

Можно использовать задания:

– Подберите метафоры к следующим понятиям: сущность человека, свобода, воля, развитие, личностный рост, рефлексия, внутренний план действий.

– Проведите анализ рисунка клиента «Человек под дождем». Обдумайте:

Каким образом клиент реагирует на ситуацию стресса?

Какими личными ресурсами он располагает, чтобы функционировать в среде, вызывающей у него беспокойство?

Может ли клиент успешно планировать свое поведение в ситуации, вызывающей беспокойство?

Какие виды защиты он использует в трудных для него случаях?

3. *Задачи – проблемы.*

Чаще всего это реальные запросы клиентов (их описание), которые психологу приходится решать в своей профессиональной деятельности. Например:

– За консультацией обратился молодой человек 30 лет. Он жаловался на постоянный страх перед сердечным приступом. По его словам, страхи у него возникали исключительно вне дома. Поэтому он уволился с работы и живет на иждивении пожилых родителей, не выходя из своей квартиры даже в магазин. Он многократно обследовался у терапевта и кардиолога, которые в один голос советовали ему обратиться к психологу или психотерапевту.

Или другой случай:

– За консультацией обратилась учительница. Третьеклассник Костя учится плохо: на уроках отвлекается, не умеет работать самостоятельно. Но если учительница контролирует его работу на уроке, он выполняет все как надо.

Каковы действия консультанта?

Еще один случай приведем:

– Проанализируйте отрывок из художественного произведения по следующей схеме: а) сущность конфликта, испытываемого персонажем; противоречие, приводящее к конфликту; б) тип конфликта; в) вид психологической защиты; г) как психологическая защита трансформирует конфликт или способствует его разрешению.

А.И. Солженицин. Раковый корпус

«Раковый корпус носил и номер тринадцать..

– Но ведь у меня не рак, доктор? – с надеждой спрашивал Павел Николаевич, слегка потрагивая свою злую опухоль, растущую почти по дням.

– Да нет же, нет, конечно, – в десятый раз успокаивала его доктор...

(В палате) стоял коренастый широкоплечий больной... Тот пропустил Павла Николаевича и повернулся вослед.

– Слышь, браток, у тебя рак – чего?

(Павел Николаевич) поднял глаза и сказал с достоинством:

– Ничего у меня не рак.

– Ну и дурак. Если бы не рак – разве сюда б положили?»

Для обеспечения эффективности учебного процесса важно не только качество самих задач, но и их набор, система. При этом следует учитывать следующие особенности этой системы:

– оптимальное количество задач (они должны охватывать все основные понятия и закономерности изучаемой темы);

– задачи, разнообразные по виду (желательно представленность всех видов);

– привлекательные по содержанию;

– краткой формулировки;

Использование учебных задач в процессе преподавания психологии обеспечивает более высокий уровень подготовки специалистов психологов, а также способствуют формированию у преподавателей умения результативно использовать в своей деятельности законы психологии учения и обучения.

ЧАСТЬ 3

СЛОВАРЬ-СПРАВОЧНИК

Ψ

3.1. ОБЩИЙ ТЕРМИНОЛОГИЧЕСКИЙ СЛОВАРЬ

А

АБИОТИЧЕСКИЕ – несовместимый с жизнью, нежизнеспособный.

АБСОЛЮТНАЯ ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ (Е) – способность ощущать едва заметные, слабые раздражения.

АБСОЛЮТНЫЙ – ничем не ограниченный.

АБСТРАКЦИЯ (ОТВЛЕЧЕНИЕ) – мыслительная операция, основанная на выделении существенных свойств и связей предмета и отвлечении от других, несущественных. Это выделение какой-либо стороны или аспекта явления, которые в действительности как самостоятельные не существуют. Например, когда мы говорим, что пианино, скрипка и флейта – музыкальные инструменты, мы отвлекаемся, абстрагируемся от того, что все они имеют разную форму и размеры (как бы забываем об этом не время).

АБУЛИЯ – нарушение воли, частичное или полное отсутствие желания и побуждений к деятельности (анорексия, булемия и т.д.).

АВТОМАТИЗАЦИЯ (в психологии) – процесс формирования различных навыков путем упражнения.

АВТОРИТАРНЫЙ – властный, диктаторский.

АВТОРИТЕТНЫЙ – уважаемый.

АГГЛЮТИНАЦИЯ – создание новых образов на основе «склеивания», объединения отдельных представлений в единое целое.

АДАПТАЦИЯ (лат. adaptatio – приспособление) – приспособление к внешним условиям, эффективное взаимодействие организма со средой.

АДАПТАЦИЯ (сенсорная) (лат. adaptatio – приспособление) – изменение чувствительности, происходящее вследствие приспособления органа чувств к действующим на него раздражителям. Извест-

но, что в темноте наше зрение обостряется, а при сильной освещенности его чувствительность снижается.

Адаптация существует и в слуховой сфере (изменение слуховых ощущений в условиях тишины и шума), в сфере обоняния (при действии сильных запахов), осязания (при сильном холоде или жаре) и вкуса.

АДЕКВАТНЫЙ (лат. adaequatus – приравненный) – соответствующий

АКАДЕМИЧЕСКИЙ ИНТЕЛЛЕКТ – способность к учению в регламентированных условиях (школа, университет). Проявляется в уровне учебной успеваемости. Коррелирует с уровнем развития общего интеллекта.

АККОМОДАЦИЯ (от лат. accomodatio – приспособление) – изменение кривизны хрусталика глаза в зависимости от удаленности объекта от сетчатки. Увеличение кривизны хрусталика соответствует аккомодации на близкое расстояние, а уменьшение – на дальнее. Изменение кривизны хрусталика осуществляется специальной ресничной мышцей.

АКМЕОЛОГИЯ (греч. axis – вершина, пик, оптимум, совершенство) – наука, изучающая закономерности и механизмы развития человека на ступени его зрелости, проблемы высших форм самореализации личности.

АКСЕЛЬРАЦИЯ – ускорение развития организма

АКТИВНОСТЬ – 1) деятельность, состояние живых организмов как условие их существования в мире; 2) степень энергичности воздействия на внешний мир, преодоление препятствий (волевой компонент). Высокая активность у холериков, сангвиников и флегматиков и низкая – у меланхоликов.

АКТУАЛЬНОЕ (лат. aktualis – существующий) – психическое явление, существующее в действительности и противопоставляемое потенциальному.

АКЦЕНТИРОВАНИЕ – подчеркивание тех или иных черт, чаще наиболее существенных, типичных признаков образа.

АКЦЕНТУАЦИИ ХАРАКТЕРА – яркая выраженность группы черт характера, не приводящая еще к социальной дезадаптации. Акцентуации накладывают отпечаток на поведение личности, а при неблагоприятных условиях могут переходить в болезни (психопатии). Акцентуации со временем могут исчезнуть, но могут и проявиться вновь. Акцентуации характера можно расположить на границе между нормой и патологией. Они отличаются от патологии тем, что:

1) проявляются не всегда и не везде, а только в трудных ситуациях; 2) не нарушают социальной адаптации или нарушение носит временный характер; 3) в определенных ситуациях могут даже способствовать адаптации.

АКЦЕПТОР ДЕЙСТВИЯ (лат. acceptor – принимающий) – нейродинамическая модель результата предстоящего действия, представленная в центральной нервной системе. Включает основные характеристики действия и участвует в его регуляции. Термин введен П.К. Анохиным.

АЛЛЕГОРИЯ – иносказание.

АМБИ – префикс, означающий двойственность.

АМБИВАЛЕНТНОСТЬ – одновременное переживание противоположных эмоций и чувств (например, радости и горя, смеха и печали).

АМБИВЕРТ – тот, кто достигает равновесия между интроверсией и экстраверсией.

АМНЕЗИЯ – нарушение памяти, возникающее при различных, локальных поражениях мозга; охватывает периоды от нескольких минут до нескольких лет.

Выделяют также формы функционального нарушения памяти: амнезия постгипнотическая и амнезия защитная.

АНАЛИЗ – мыслительная операция разделения предметов и явлений на части. Например, чтобы решить любую задачу, надо сначала мысленно разделить ее на две части: что известно и что надо узнать. Изучая растение, мы мысленно выделяем в нем части: корень, ствол, листья и т.д.

АНАЛИЗАТОР – сложный комплекс анатомических структур. Каждый анализатор состоит из трех частей: 1) периферического отдела, называемого рецептором (рецептор – это воспринимающая часть анализатора, его основная функция – трансформация внешней энергии в нервный процесс); 2)проводящих нервных путей; 3) корковых отделов анализатора (их еще по-другому называют центральными отделами анализаторов), в которых происходит переработка нервных импульсов, приходящих из периферических отделов. Для возникновения ощущения необходимо задействовать все составные части анализатора.

АНАЛОГИЯ – сходство.

АНКЕТА (фр. enquête – список вопросов) – методическое средство для получения первичной информации.

АНКЕТИРОВАНИЕ – исследование с использованием анкет.

АНОРЕКСИЯ невротическая (ан (а) – отрицание + греч. orexis – желание есть, аппетит) – отсутствие аппетита, подавление желания есть, возникающее при неврозах в связи с перевозбуждением коры головного мозга.

АНТИЦИПАЦИЯ (лат. anticipatio – предугадывание событий) – способность предвидеть появление результатов действий до того, как они будут реально осуществлены или восприняты («опережающее отражение»), готовность к предстоящим событиям на основе прежнего жизненного опыта.

АНТОГОНИСТ – враждебный.

АНТРОПОГЕНЕЗ – развитие человека как вида.

АПАТИЯ (греч. apatheia – бесстрастие) – психическое состояние, проявляющееся в потере интереса, безразличии к окружающему, падении активности психики.

АПЛОМБ – излишняя самоуверенность

АППЕРЦЕПЦИЯ (от лат. ad – при и percepio – восприятие) – зависимость восприятия от предшествующего опыта субъекта, от его общего содержания, направленности личности, от стоящих перед ним задач, мотивов его деятельности, убеждений и интересов, эмоциональных состояний, то есть восприятие не пассивное снятие копий, слепков с действительности, а активный процесс построения психических моделей действительности, детерминированный всеми сложившимися особенностями личности. Термин введен немецким философом Г. Лейбницем. Так, опытный психолог заметит больше особенностей воспринимаемой личности, чем не имеющий опыта, в просматриваемом кинофильме каждый человек заметит в большей степени то, что ему интересно, и т.д.

АПРОБИРОВАТЬ – проверив, официально одобрить.

АРТИКУЛЯЦИЯ – работа органов речи при произнесении звука (в языкознании).

АТРИБУЦИЯ (от англ. attributo – приписывать, наделять) (см. Каузальная атрибуция) – описание или наделение, особенно приписывание конкретной черты или характеристики человеку.

АТТРАКЦИЯ – процесс формирования привлекательности человека для воспринимающего, результатом чего является формирование межличностных отношений.

АРХЕТИПЫ – наследственно передающиеся первичные идеи (идеи Бога, зла и др.). Архетипы проявляются в сновидениях, встречаются в виде символов в искусстве, литературе, архитектуре, религии и т.д. (см. табл. 6).

АСТЕНИЧЕСКИЕ эмоции – действуют противоположно стеническим. Эмоции, понижающие активность.

АСТЕНИЧЕСКИЙ ХАРАКТЕР – уклонение от любой ответственности, растворение и подчинение собственных потребностей в потребностях других, повышенная эмотивность и др.

АУТИЗМ – нарушение нормального хода мышления под влиянием болезни, психотропных или иных средств. Уход человека от реальности в мир фантазий и грез. В наиболее яркой форме обнаруживается у детей дошкольного возраста и у больных шизофренией. Термин введен врачом-психиатром Е.Блейлером.

АУТИЗМ (греч. autos – сам) – психическое состояние рефлексии, внутреннего внимания, отчужденности от людей. Может быть не только результатом неправильного воспитания или чертой характера – интроверта, но и симптомом заболевания.

АУТИЗМА симптом – утрата больным потребности общаться с окружающими, формирование патологической замкнутости, отгороженности, нелюдимости.

АФФЕКТ (лат. affectus – душевное волнение) – эмоциональное проявление, быстро овладевающее человеком, бурно протекающее, характеризующееся изменением сознания, нарушением волевого контроля. Аффект возникает в экстремальных условиях, когда субъект не находит выхода из возникшей ситуации. В результате аффекта происходит мобилизация всех сил организма. Формы проявления – гнев, восторг, экстаз, ужас, отчаяние или ступор, скованность. Аффект имеет этапы и практически не управляем. Сдержать аффект возможно лишь на первом этапе, и зависит это от нравственных особенностей личности.

АФФЕРЕНТАЦИЯ – передача нервного возбуждения от периферических нервных окончаний к центральным нейронам коры головного мозга.

АФФЕРЕНТНЫЙ НЕРВНЫЙ ПУТЬ (лат. afferents – приносящий) – пути, передающие нервные возбуждения от переферических нервных окончаний к центральным нейронам коры головного мозга.

АХРОМОТИЧЕСКИЕ цвета – белый, черный, серый. Ахроматическое зрение использует «палочки».

АЭРГИЧНОСТЬ – слабая выносливость нервной системы.

Б

БЕСЕДА – один из методов психологии, предусматривающий прямое или косвенное получение сведений путем речевого общения.

БЕССОЗНАТЕЛЬНОЕ – 1) совокупность психических процессов, актов и состояний, обусловленных явлениями действительности, во влиянии которых субъект не отдает себе отчета; 2) форма психического отражения, в которой образ действительности и отношение к ней субъекта не выступают как предмет специальной рефлексии, составляя нерасчлененное целое.

БИОТИЧЕСКИЙ – важный для жизни, жизнеспособный.

БИХЕВИОРИЗМ – механистическое направление в психологии, возникшее в США в начале XX в. По мнению представителей этой школы, предметом изучения психологии может быть только поведение человека, под которым понимают действия, поступки, порожденные исключительно внешними причинами, Роль сознания отрицалась. Основоположники – Д. Уотсон, Э.Торндайк.

БЛАГОДУШИЕ – беспечное и беззаботное эмоциональное состояние с оттенком «полного удовлетворения», без стремления к деятельности

БОДРСТВОВАНИЕ – функциональное состояние, связанное с напряжением физиологических и психических механизмов регуляции деятельности. Это оптимальное рабочее состояние, и человек в этом состоянии действует эффективно. Бодрствование способствует самореализации личности, но далее переходит в утомление.

БРЕД – расстройство, при котором возникают непоколебимые суждения и умозаключения, не соответствующие действительности.

БУЛЕМИЯ – патологическое желание постоянно часто и много есть.

В

ВАЛИДНОСТЬ теста (англ. validate – подтверждать, объявлять действительным) – мера соответствия результатов исследования цели тестирования, объективным внешним критериям. Мерой валидности обычно выступает коэффициент корреляции результатов по тесту с результатами по другим валидным тестам или по профессиональному критерию.

ВЕБЕРА – ФЕХНЕРА ЗАКОН – закон психофизики, утверждающий, что сила ощущения пропорциональна логарифму величины (интенсивности) воздействия на органы чувств раздражителя ($S = k \ln + C$, где S – интенсивность ощущения, k – коэффициент пропорциональности, зависящий от модальности раздражителя, C – постоянная интегрирования). Главный смысл данной закономерности заключается в том, что интенсивность ощущений возрастает не пропорционально изменению раздражителей, а гораздо медленнее.

ВЕДУЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ – вид деятельности, в котором формируются качественные изменения личности в данный период, например игра в период дошкольного детства.

ВЕРИФИЦИКАЦИЯ (от лат. verus – истинный и facere – делать) – точное, экспериментально подтвержденное определение объема конкретного понятия, конкретной категории. Особенностью психологических категорий является то, что многие из них не поддаются точной верификации.

ВЕСТИБУЛЯРНЫЙ АППАРАТ – анализатор, позволяющий оценивать положение в пространстве и изменение направления движения.

ВИНА – эмоция, возникающая при нарушении моральных и эстетических норм. Без принятия общественных норм не возникает. Вина выражает осуждение субъектом своего поступка и себя, снижение самооценки, раскаяние и возможность исправиться. Переживание эмоции вины похоже на переживание стыда.

ВЛЕЧЕНИЕ – наиболее примитивная форма направленности. Это психическое состояние, выражающее недифференцированную, неосознанную или недостаточно осознанную потребность. Влечение – переходящее явление, так как представленная в нем потребность либо угасает, либо осознается и превращается в желание.

ВНИМАНИЕ – направленность и сосредоточенность психической деятельности человека в данный момент времени на определенных объектах при одновременном отвлечении от других. Это процесс сознательного или бессознательного (полусознательного) отбора одной информации, поступающей через органы чувств, и игнорирование другой.

ВНИМАНИЕ ВНЕШНЕЕ (ЧУВСТВЕННОЕ) – по преимуществу связано с эмоциями и избирательной работой органов чувств.

ВНИМАНИЕ ВНУТРЕННЕЕ (ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЕ) – связано с сосредоточенностью и направленностью мысли.

ВНИМАНИЕ НЕПОСРЕДСТВЕННОЕ – не управляется ничем, кроме того объекта, на который оно направлено и который соответствует актуальным потребностям человека.

ВНИМАНИЕ НЕПРОИЗВОЛЬНОЕ – возникающее стихийно, не связано с участием воли, носит пассивный характер, так как навязывается внешними по отношению к цели деятельности событиями. Проявляется в ориентировочной реакции. Его стимулируют все новые, интересные, сильные раздражители.

ВНИМАНИЕ ОПОСРЕДОВАННОЕ – регулируется с помощью специальных средств, например жестов, слов, указательных знаков, предметов.

ВНИМАНИЕ ПОСЛЕПРОИЗВОЛЬНОЕ – вид внимания, который появляется при вхождении в деятельность после произвольного внимания. При этом сохраняется целенаправленность деятельности, но снижается напряженность (появляется как бы «второе дыхание»). Это высшая форма профессионального внимания (Н.Ф. Добрынин).

ВНИМАНИЕ ПРИРОДНОЕ – врожденная способность избирательно реагировать на те или иные внешние или внутренние стимулы, несущие в себе элементы информационной новизны.

ВНИМАНИЕ ПРОИЗВОЛЬНОЕ – вид внимания, для которого характерно наличие сознательной цели и волевого усилия. Носит активный характер, опосредовано социально выработанными способами поведения и по происхождению связано с трудовой деятельностью. Стимулами являются потребности, мотивы, необходимость и значимость стимулов.

ВНИМАНИЕ: СЛАБОСТЬ РАСПРЕДЕЛЕНИЯ – нарушение при многих психических заболеваниях и состояниях (астения, гиперметаморфоз и др.).

ВНИМАНИЕ СОЦИАЛЬНО ОБУСЛОВЛЕННОЕ – складывается прижизненно в результате обучения и воспитания, связано с волевой регуляцией поведения, с избирательным, сознательным реагированием на объекты.

ВНИМАНИЯ КОЛЕБАНИЯ – периодическое кратковременное, непроизвольное ослабление и усиление сосредоточенности. Так, прислушиваясь к слишком слабому, едва слышному тиканью часов, мы то замечаем звук, то перестаем его замечать. Абсолютного внимания не существует. Оно нарушается каждые 8 – 10 секунд. Колебания внимания легко прослеживаются при восприятии так называемых двойственных изображений. Если в течение нескольких минут смотреть на изображение усеченной пирамиды (рис. 20), она может ка-

заться то обращенной вершиной к нам, как бы выступающей вперед, то обращенной вершиной от нас, как бы уходящей вглубь. Кратковременные колебания внимания обычно не замечаются и не оказывают существенного влияния на характер и продуктивность деятельности.

ВНИМАНИЯ КОНЦЕНТРАЦИЯ – степень или интенсивность сосредоточенности внимания. Слабая концентрация проявляется в многочисленных ошибках на внимание («глупых» ошибках), неспособности замечать свои и чужие ошибки при проверке и т.д.

ВНИМАНИЯ ОБЪЕМ – число объектов или отдельных элементов стимула, которые могут быть восприняты за время одного короткого представления. Объем внимания современного человека – 5–9 ед. Между концентрацией внимания и объемом существует обратная зависимость: увеличение объема воспринимаемых элементов приводит к уменьшению степени концентрации внимания и наоборот.

ВНИМАНИЯ ОТВЛЕКАЕМОСТЬ – 1) непроизвольное перемещение внимания с одного объекта на другой; 2) нарушение внимания, его устойчивости. Характерно быстрое переключение внимания в связи с появлением новых внешних раздражителей или при возникновении случайных ассоциаций. Наблюдается при маниакальных и гипоманиакальных состояниях, а также у людей с поверхностным, легким отношением к окружающему, воспитанным в процессе неправильного воспитания. Способность к отвлечению (с легкостью) обычно относят к детям, которые легко увлекаются другой задачей или даже другой мыслью, далекими от тех, которыми занимаются. Это возрастные особенности внимания детей.

ВНУШАЕМОСТЬ – предрасположенность личности к внушению, полярное негативизму.

ВОЛЕВАЯ РЕГУЛЯЦИЯ – высший уровень произвольной регуляции. Она характеризуется намерением, целенаправленностью, осознанностью, принятием решений, идущих от субъекта. Волевая регуляция реализуется в условиях преодоления субъективных и объективных трудностей, изменений в мотивационно-побудительной сфере деятельности и нацелена на совершенствование субъектом своего поведения, деятельности и собственной личности.

ВОЛЯ – процесс сознательного регулирования человеком своего поведения и деятельности, выраженный в умении преодолевать внутренние и внешние трудности при совершении целенаправленных действий и поступков.

ВООБРАЖЕНИЕ (ФАНТАЗИЯ) – психический процесс, который заключается в создании новых образов на основе данных прошлого опыта.

ВООБРАЖЕНИЕ АБСТРАКТНОЕ – создание обобщенных, схематических, символических образов. Например, искусство импрессионистов, кубистов и др.

ВООБРАЖЕНИЕ: АГГЛЮТИНАЦИЯ – создание новых образов на основе «склеивания», объединения отдельных представлений в единое целое. Например, русалка, троллейбус, аккордеон и т.п.

ВООБРАЖЕНИЕ АКТИВНОЕ – характеризуется тем, что, пользуясь им, человек по собственному желанию, усилием воли вызывает у себя соответствующие образы.

ВООБРАЖЕНИЕ: АКЦЕНТИРОВАНИЕ – подчеркивание тех или иных черт, чаще наиболее существенных, типичных признаков образа. При помощи этого приема создаются дружеские шаржи и злые карикатуры.

ВООБРАЖЕНИЕ ВОССОЗДАЮЩЕЕ – вид воображения, в ходе которого у человека возникают новые образы на основе описаний, схем, чертежей, мысленных и материальных моделей.

ВООБРАЖЕНИЕ: ГИПЕРБОЛА – увеличение всех особенностей изображаемого персонажа, образа или его частей (великан, трехглавый змей, многорукий будда и пр.).

ВООБРАЖЕНИЕ: КОМБИНИРОВАНИЕ – простое перемещение или перегруппировка элементов, не механическое сочетание сторон разных предметов, а результат сложной аналитико-синтетической деятельности, в процессе которой существенно преобразуются и сами элементы, из которых строится новый образ.

ВООБРАЖЕНИЕ КОНКРЕТНОЕ – создание реальных, конкретных, единичных, натуральных образов. Например, живопись Шишкина, Репина и др.

ВООБРАЖЕНИЯ КРИТИЧНОСТЬ – определяется тем, в какой степени фантастические образы, создаваемые человеком, сближаются с реальной действительностью.

ВООБРАЖЕНИЕ: ЛИТОЛА – преуменьшение особенностей персонажа, образа или его частей (дюймовочка, мальчик с пальчик, одноглазый циклоп и пр.).

ВООБРАЖЕНИЕ ПАССИВНОЕ – протекает у человека спонтанно, без заранее поставленной цели, помимо его воли и желания.

ВООБРАЖЕНИЕ ПРОДУКТИВНОЕ – вид воображения, в котором действительность сознательно конструируется человеком, а не просто механически копируется или воссоздается.

ВООБРАЖЕНИЕ РЕАЛИСТИЧЕСКОЕ – вид воображения, в котором наиболее полно и глубоко отражает действительность, предвосхищает развитие событий и в максимальной степени воплощает в себе основные, функциональные его возможности.

ВООБРАЖЕНИЯ СИЛА – характеризуется степенью яркости возникающих образов.

ВООБРАЖЕНИЯ СХЕМАТИЗАЦИЯ – наиболее существенный способ переработки представлений в образы воображения, идущий по пути обобщения существенных признаков. При схематизации отдельные представления сливаются, различия сглаживаются, а черты сходства четко выступают.

ВООБРАЖЕНИЕ ТВОРЧЕСКОЕ – вид воображения, в ходе которого человек самостоятельно создает новые образы и идеи. Т.В. Создает несуществующие объекты, мало вероятные или невероятные.

ВООБРАЖЕНИЕ ФАНТАСТИЧЕСКОЕ – значительно «отлетает» от действительности,создает неправдоподобные образы, элементы которых в жизни несовместимы.

ВООБРАЖЕНИЯ ТИПИЗАЦИЯ – синтез отдельных представлений. Для нее характерно выделение существенного, повторяющегося в однородных фактах и воплощение их в конкретном образе.

ВООБРАЖЕНИЯ ШИРОТА – определяется количеством образов, которые способен создать человек.

ВОСПРИЯТИЕ – 1) психический процесс целостного отражения предметов и явлений окружающего мира, действующих на органы чувств в данный момент; 2) субъективный образ предмета, явления или процесса, непосредственно воздействующего на анализатор или систему анализаторов (перцептивный образ); 3) процесс формирования этого образа или система действий, направленных на ознакомление с предметом, воздействующим на органы чувств.

ВОСПРИЯТИЕ ВКУСОВОЕ – восприятие на основе вкусовой чувствительности.

ВОСПРИЯТИЕ ВРЕМЕНИ – отражение длительности, скорости и последовательности явлений действительности. В основе восприятия времени лежит ритмическая смена возбуждения и торможения в больших полушариях головного мозга. В восприятии времени участвуют различные анализаторы, наиболее важными являются слуховые и кинестезические. Восприятие продолжительности событий в значительной мере определяется характером переживаний и эмоциональным состоянием субъекта. Восприятие времени зависит также от характера деятельности, которую человек в данный мо-

мент выполняет, мотивации, установок и ожиданий приятных или неприятных событий.

МЕХАНИЗМ восприятия человеком времени часто связывают с биологическими часами – определенной последовательностью и ритмикой биологических обменных процессов, происходящих в его организме. В качестве биологических часов называют ритм сердечной деятельности и метаболизм (обменные процессы) тела.

ВОСПРИЯТИЕ ГЛУБИНЫ - зрительное восприятие мира в трех измерениях. Это восприятие удаленности объектов от наблюдателя и восприятие трехмерности самих объектов.

ВОСПРИЯТИЕ ДВИЖЕНИЯ – отражение изменений положения предмета в пространстве и во времени (отражение направления и скорости). Восприятие движения обеспечивается соответствующими движениями глаз, дифференцировкой объекта (фигуры) от фона и совместной работой нескольких анализаторов (чаще зрения и кинестезии). Наличие или отсутствие движения в поле зрения констатируется нейронами-детекторами движения или новизны, входящими в нейрофизиологический аппарат ориентировочной реакции (рефлекса).

НАПРАВЛЕННОСТЬ движения может оцениваться по направлению перемещения отражаемого объекта на поверхности сетчатки, а также отмечаться последовательностью сокращения-расслабления определенной группы мышц глаза, головы, туловища при выполнении прослеживающих движений за объектом. Связь восприятия движения и его направления с перемещением изображения на сетчатке доказывается существованием иллюзии движения и автокинетического эффекта.

ВОСПРИЯТИЕ ЗРИТЕЛЬНОЕ – восприятие преимущественно в системе зрительного анализатора. Посредством зрения человек сразу воспринимает целый образ предмета. Зрительный аппарат приспособлен к тому, чтобы сразу (симультанно) воспринимать сложные формы предмета. Зрительная система человека и животных позволяет воспринимать не только отдельные признаки предметов, но и целостные геометрические формы или структуры. Для обеспечения длительности сохранения образа нужны движения глаза (А.Л. Ярбус). Неподвижный глаз слеп. Зрительное восприятие участвует в восприятии пространства и движения.

ВОСПРИЯТИЕ НЕПРОИЗВОЛЬНОЕ (непреднамеренное) – восприятие без намерения, постановки цели. Оно выступает как компонент какой-то другой деятельности.

ВОСПРИЯТИЕ ОБОНЯТЕЛЬНОЕ – восприятие на основе обонятельной чувствительности.

ВОСПРИЯТИЕ ОСЯЗАТЕЛЬНОЕ – восприятие на основе кожных и двигательных ощущений. В процессе осязательного восприятия предмета постепенно (сукцессивно) поступающая информация от отдельных признаков предмета превращается в его целостный (симультанный) образ. Чтобы перейти от оценки отдельных признаков к осязательному восприятию целого предмета, необходимо, чтобы рука находилась в движении, то есть пассивное осязательное восприятие заменялось активным ощупыванием предмета.

ВОСПРИЯТИЕ ПОДПОРОГОВОЕ (бессознательное) – феномен, когда информация преодолевает физиологический порог, но не достигает порога осознанного восприятия. Информация все же воздействует на организм и способна вызвать ответные реакции.

ВОСПРИЯТИЕ ПРОИЗВОЛЬНОЕ (преднамеренное) – связано с постановкой определенной задачи, цели. Оно характеризуется целенаправленностью, плановостью и систематичностью. В этом случае восприятие выступает как познавательная перцептивная деятельность (наблюдение). Произвольное восприятие более эффективно, чем непроизвольное. Произвольное восприятие является высшей психической функцией и присуще только человеку.

ВОСПРИЯТИЕ ПРОСТРАНСТВА – отражение пространственных форм вещей, их величины, формы, расположения относительно друг друга и направления. В пространственном восприятии участвуют все органы чувств человека. Ведущая роль принадлежит совместной деятельности зрительного, двигательного, кожного и вестибулярного анализаторов. Важнейшим механизмом зрительного восприятия пространства является механизм фузии, лежащий в основе бинокулярного зрения (зрения двумя глазами).

Восприятие размера предметов определяется величиной их изображения на сетчатке глаза и удаленностью от глаз наблюдателя.Приспособление глаза к четкому видению различно удаленных предметов осуществляется с помощью двух механизмов: аккомодации и конвергенции. При восприятии близко расположенных предметов происходит мышечное сокращение, в результате чего уменьшается степень натяжения хрусталика и его форма становится более выпуклой (аккомодация). Конкретное состояние аккомодации вызывает и определенную степень сведение зрительных осей (конвергенции), и, наоборот, тому или иному сведению зрительных осей соответствует определенная степень аккомодации. Взаимодействие

величины изображения предмета на сетчатке и напряжения глазных мышц в результате аккомодации и конвергенции и является условно-рефлекторным сигналом размера воспринимаемого объекта. Однако полностью объяснить восприятие расстояния до объекта с помощью этих процессов невозможно.

При восприятии *глубины и объемности* главную роль играет бинокулярное зрение (зрительное восприятие двумя глазами).

Восприятие *формы предметов* обычно осуществляется с помощью зрительного, тактильного и кинестетического анализаторов. К их механизмам относится и врожденная способность нервных клеток коры головного мозга избирательно реагировать на элементы изображений, имеющие определенную насыщенность, ориентацию, конфигурацию и длину. Восприятие формы требует выделения предмета из фона, а это, в свою очередь, часто требует выделение контура, то есть границы, пространственных элементов фигуры, отличающихся по яркости, цвету, текстуре. Одним из факторов, влияющим на восприятие формы предметов, является жизненный опыт человека, получаемый за счет движений руки по контуру и поверхности объектов, перемещения человека и частей его тела в пространстве.

ВОСПРИЯТИЕ СИМУЛЬТАННОЕ – развернутое в пространстве, одномоментное, обобщенное, целостное.

ВОСПРИЯТИЕ СУКЦЕССИВНОЕ – развернутое во времени, поэтапное наблюдение.

ВОСПРИЯТИЕ СЛУХОВОЕ – восприятие в системе слухового анализатора. В процессе социальной истории человечества сложились две системы слухового восприятия: ритмико-мелодическая (или музыкальная) система кодов и фонематическая система кодов (или система звуковых кодов языка). Оба эти фактора и организуют воспринимаемые человеком звуки в сложные системы слухового восприятия. Слуховое восприятие представляет собой активный процесс, включающий в свой состав моторные компоненты. В слуховом восприятии двигательные компоненты отделены от слуховой системы и выделены в особую систему пропевания голосом для музыкального слуха и проговаривания для речевого слуха. Слуховое восприятие участвует при восприятии времени.

ВОСПРИЯТИЕ ЧЕЛОВЕКА ЧЕЛОВЕКОМ – процесс психологического познания людьми друг друга в условиях непосредственного общения. Специфика по сравнению с восприятием неодушевленных предметов – в большей пристрастности, что проявляется в слитности когнитивных и эмоциональных компонентов, в ярче выражен-

ной оценочной и ценностной окраске, в более прямой зависимости представления о другом человеке от мотивационно-смысловой структуры деятельности воспринимающего субъекта. При восприятии нового человека главное внимание субъект уделяет внешним проявлениям: физическому облику, оформлению, экспрессии лица и выразительным движениям тела, голосу, интонациям, а также действиям и поступкам.

Выделены (А.А. Бодалев) механизмы восприятия другого человека: 1) идентификация – понимание и интерпретация другого человека путем отождествления себя с ним; 2) социальная рефлексия – понимание другого путем рассуждения за него); 3) эмпатия – понимание другого человека путем эмоционального вчувствования в его переживания; 4) стереотипизация – восприятие и оценка другого на основе сложившихся социальных стереотипов.

ВОСПРИЯТИЯ ИЗБИРАТЕЛЬНОСТЬ – из огромного числа воздействий лишь некоторые выделяются с большей отчетливостью и осознанностью, чем все остальные. Эта особенность характеризует избирательность восприятия, которая зависит от интересов, в значительной степени от установок личности, потребностей, знаний, с одной стороны, а с другой – обусловлена особенностями самого предмета восприятия, его «броскостью», контрастностью и пр. Исследования А.И. Богословского, проведенные во время Отечественной войны, показали, что восприятие форм существенно повышалось, если рассматриваемой фигуре придавалось значение «своего» или «вражеского» самолета.

ВОСПРИЯТИЯ КОНСТАНТНОСТЬ (от лат. constants – постоянный) – свойство восприятия воспроизводить предмет относительно постоянным образом при изменении условий его восприятия (освещенности, удаленности, угла зрения, формы, величины и т.п.). Мы удаляемся от предметов или приближаемся к ним – они в нашем восприятии не изменяются в размерах. Константность восприятия – это во многом проявление прошлого опыта. Человек, живший долгое время в лесу, воспринял в степи далеко идущих людей как карликов (исследования А.Р. Лурия).

ВОСПРИЯТИЯ ОБОБЩЕННОСТЬ – А.Р. Лурия считал одним из самых важных свойств. Оно выражается в том, что восприятие всегда совместное отражение единичного и общего. Этому способствует и название предмета, поскольку слово и обобщает.

ВОСПРИЯТИЯ ОСМЫСЛЕННОСТЬ (категориальность) – осмыслить восприятие – значит осознать предмет, который оно отобра-

жает, выявить предметное значение его сенсорных данных. В процессе осмысления чувственное содержание восприятия подвергается анализу и синтезу, сравнению, отвлечению различных сторон, обобщению. Осмысление предмета завершается называнием его словом – понятием, то есть отнесением к определенной группе, классу предметов. Осмысленная информация опознается существенно быстрее и точнее при зрительном предъявлении. Так, несколько бесформенных пятен сразу опознаются как фигура, стоит лишь ее назвать. Единство и взаимопроникновение чувственного и логического составляют существенную черту человеческого восприятия.

ВОСПРИЯТИЯ ПРЕДМЕТНОСТЬ – способность отражать объекты и явления реального мира не в виде набора не связанных друг с другом ощущений, а в форме отдельных предметов. Все, что человек воспринимает, он воспринимает как фигуру (предмет) на фоне. Это свойственно в равной мере и животным. Исследования американских психологов Лешли и Клювера показали, что, если научить животное (крысу) реагировать на фигуру черного треугольника на белом фоне, то оно способно сразу же реагировать на белый треугольник на черном фоне, на треугольник, намеченный штрихами или точками. Предметность не является врожденным свойством восприятия, а возникает и совершенствуется в онтогенезе на основе движений, обеспечивающих контакт ребенка с предметом (И.М. Сеченов). Предметность проявляется в выделении воспринимаемого предмета из фона.

ВОСПРИЯТИЯ СТРУКТУРНОСТЬ – расчлененность и специфическая взаимосвязь частей воспринимаемого предмета (его структура). Человек воспринимает абстрагированную из ощущений обобщенную структуру. Так, мелодия, сыгранная на разных инструментах, воспринимается как одна и та же. Структурность восприятия проявляется в двойственных изображениях (см. рис. 20). В них фигура и фон могут меняться местами, происходит переструктурирование.

ВОСПРИЯТИЯ ЦЕЛОСТНОСТЬ – особенность восприятия, заключающаяся в отражении объектов в совокупности их свойств. Это некоторое целое, в котором каждая часть зависит от окружения. В процессе восприятия образ воспринимаемого предмета может быть полностью не дан в готовом виде (например, тыльная часть вещи), а как бы мысленно достраивается до некоторой целостной формы. Нос воспринимается длинным или коротким лишь в составе лица.

Целостность восприятия проявляется также в зрительных иллюзиях (иллюзия стрелы и др.). Образ восприятия имеет высокую избыточность – некоторые компоненты образа содержат информацию не только о себе, но и о других компонентах и об образе в целом. Поэтому качество восприятия зависит от предвосхищения актуально не воспринимаемых частей объекта. Отечественная психология рассматривает целостность восприятия как отражение целостности, объективно присущей воспринимаемому, а не как изначальное свойство восприятия в гештальтпсихологии. Целостность не изначально заданное свойство, она формируется в предметной деятельности человека.

ВОСПРОИЗВЕДЕНИЕ – процесс извлечения информации, хранящейся в памяти. В процессе воспроизведения происходит восстановление первоначальной информации, основанное только на частичном припоминании основного материала, путем реконструкции прошлого опыта. Для извлечения информации из кратковременной памяти мозг перебирает всю кратковременную память, пока не найдется нужная. Это происходит доли секунды. Для извлечения информации из долговременной памяти необходимо найти «ключ» к кодированию (песня, запись, место и т.д.). Извлечение информации может быть на разных уровнях:

- узнавание (при повторном восприятии). Знакомые объекты узнаются быстрее;
- воспоминание (при отсутствии объекта);
- припоминание (активная форма воспроизведения, требующая усилий).

Воспроизведение имеет ряд особенностей: осуществляется на основе той информационной структуры, в которой запоминалось. Поэтому преподаватель сразу определяет, по какому учебнику студент готовился к экзаменам; воспроизводится меньше, чем сохраняется (наводящий вопрос преподавателя может помочь студенту вспомнить нужную информацию); воспроизведение – субъективно. Поэтому студенту кажется, что он материал правильно запомнил, а на самом деле он ошибается; воспроизведение улучшается на 2–3-й день(см. Реминисценция); воспроизведение может быть очень точным (см. Эйдетизм).

ВОСХИЩЕНИЕ – высшее удовлетворение, восторг.

ВПЕЧАТЛИТЕЛЬНОСТЬ – свойство личности, выражающейся в доминировании впечатлений (в частности, межличностных отношений) над познавательной функцией восприятий мира.

ВЫДЕРЖКА (самообладание) – умение сдерживать свои чувства, когда это требуется, в недопущении импульсивных и необдуманных действий, в умении владеть собой и заставлять себя выполнять задуманное действие, а также воздерживаться от того, что хочется делать, но что представляется неразумным или неправильным.

ВЫСШИЕ ПСИХИЧЕСКИЕ ФУНКЦИИ (ВПФ) – преобразованные под влиянием жизни в обществе, обучения и воспитания психические процессы человека. Понятие введено Л.С. Выготским в рамках культурно-исторической теории развития.

ВЫТЕСНЕНИЕ – один из механизмов психологической защиты (в психоаналитической теории личности). Под влиянием вытеснения из сознания выводятся в сферу бессознательного сведения (импульсы), вызывающие у личности сильные эмоциональные переживания. Вытесненные импульсы, как правило, неприемлемы для сознания по своим морально-этическим особенностям.

Г

ГАЛЛЮЦИНАЦИИ (лат. hallutinatio – бред, видения) – расстройства восприятия, при которых кажущиеся образы возникают без реальных объектов, что, однако, не исключает возможности непроизвольного, опосредованного отражения в галлюцинации прежнего жизненного опыта больного. Галлюцинации считаются классическими показателями психического расстройства.

ГЕНЕТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ – психологическое направление, изучающее развитие мышления. Поведение объясняется развитостью мышления, которое развивается с детства стадийно (Ж. Пиаже).

ГЕНИАЛЬНОСТЬ – высшая степень творческих проявлений личности, делающая ее выдающейся в соответствующей области или сфере деятельности. Гений создает новые оригинальные пути в разных областях знания и с высоким уровнем предвидения (Леонардо да Винчи, Циалковский, А.С. Пушкин). Гениальность является общественной оценкой достижений личности.

ГЕНОТИП – совокупность генов или каких-либо качеств, полученных человеком в наследство от своих родителей.

ГЕРОНТОЛОГИЯ – психология старости, изучает психологию пожилых людей и процессы старения.

ГЕШТАЛЬТА ЗАКОНЫ – гештальтпсихологи обнаружили факторы (законы гештальта), влияющие на перцептивную организацию зрительного поля, законы, по которым отдельные элементы объединяются в единое целое (фигуру) и фигура выделяется из фона. К этим законам относят:

1) закон сходства: в фигуру объединяются элементы, сходные по форме, цвету, размеру, текстуре и пр. Тот факт, что крест воспринимается мгновенно (фигура) и продолжает видеться неизменно, иллюстрирует действие того фактора, что крест состоит из качественно одинаковых элементов;

2) закон близости: чем ближе (при прочих равных условиях) объекты друг к другу в зрительном поле, тем с большей вероятностью они организуются в единые, целостные образы (фигуры). Пары отрезков по этой причине легко организуются так, что две соседние воспринимаются как целое, при этом почти невозможно воспринять как целое линии, разделенные большим промежутком;

3) закон продолжения: чем больше элементы в зрительном поле оказываются в местах, соответствующих продолжению закономерной последовательности, то есть функционируют как части знакомых контуров, тем с большей вероятностью они организуются в целостные образы;

4) закон «хорошей линии»: фактор определяет избирательность восприятия двух или более пересекающихся или касающихся линий. Воспринимается прежде «хорошая линия» (которую нельзя упростить путем изменения восприятии). В данном случае прежде воспринимается прямая линия;

5) закон замкнутости: чем в большей степени элементы зрительного поля образуют замкнутые целые, тем с большей готовностью они будут организовываться в отдельные образы. Такие замкнутые контуры обладают сильным приоритетом в зрительной организации;

6) установка наблюдателя. Если человеку предъявлять изображение, которое с равным успехом может быть принято как число 13 или как буква «В», то, если этот знак предъявляется в ряду чисел, воспринимается как 13, а если – в ряду букв, то как «В».

7) прошлый опыт. Человек предпочитает воспринимать то, что уже ранее воспринимал. Так, хорошо понятная фраза, написанная без пробелов, воспринимается в ее истинном смысле (например, собакаестмясо или кошкаловитмышей), так как легко распадается на знакомые слова. Если то же сделать на незнакомом языке, то, естественно, такой организации не произойдет.

8) внутренняя сопринадлежность частей внутри единой формы.

И многие другие. Иллюстрации к законам гештальта вы найдете в 1-й части пособия (рис. 15–20).

ГЕШТАЛЬТ (нем. gestalt – целостная форма, образ, структура.

ГЕШТАЛЬТПСИХОЛОГИЯ – одна из школ современной зарубежной психологии, использующая для объяснения сложных психических явлений принцип их целостности («гештальты»). Это направление, возникшее в Германии в 1-й четверти XX в., выдвинуло в качестве основного объяснительного принципа психологии целостное объединение элементов психической жизни, не сводимое к сумме составляющих его частей. Представители: М. Вертгеймер, К. Коффка, В. Келер, К. Левин и др. Выдвигая на первый план целостный характер восприятия, гештальтпсихологи ввели ряд новых понятий (фигура, фон и др.) и законов. Ими открыто более 100 законов гештальта.

ГИБКОСТЬ мысли – умение находить пути решения задачи, видеть объект под новым углом зрения, его новые, скрытые стороны (свойства).

ГИПЕРБОЛА – увеличение всех особенностей изображаемого персонажа.

ГИПЕРБУЛИЯ – нарушение поведения в виде двигательной расторможенности (возбуждения) (импульсивные, стереотипичные действия и др.).

ГЛУБИНА мысли – способность анализировать, сравнивать, находить существенное.

ГНЕВ – эмоциональное переживание, отрицательное по знаку, как правило, протекающее в форме аффекта и вызываемое внезапным возникновением серьезного препятствия на пути удовлетворения исключительно важной для субъекта потребности (боль, ограничение свободы, физические воздействия и т.д.).

Проявляется: на лице вздуваются вены, рот сжат, губы дрожат, сжаты кулаки и т.д.

Гнев обеспечивает мобилизацию всех сил организма для борьбы. У взрослых гнев – редкая эмоция, так как противоречит общественным нормам.

ГНОСЕОЛОГИЯ – философская теория познания.

ГОМЕОСТАЗ (греч. homeios – подобный, сходный, statis – стояние, неподвижность) – подвижное, но устойчивое равновесие какой-либо системы (биологической, психической). Система проти-

водействует внешним и внутренним факторам, нарушающим это равновесие. Понятие введено американским физиологом У.Б. Кэнноном. Например, понижение температуры (фактор, нарушающий равновесие системы) инициирует ряд процессов, таких как дрожь и пр., которые вызывают и сохраняют высокую температуру до тех пор, пока не будет достигнута нормальная температура, то есть равновесие (гомеостаз).

ГРЕЗЫ – фантазии, мечты человека, рисующие в его воображении приятные, желаемые картины будущей жизни.

ГУМАНИСТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ – направление, в котором личность рассматривается как высшее существо, ставящее перед собой цель самосовершенствования и стремящееся к ее достижению.

ГУМАНИСТИЧЕСКИЙ – относящийся к человеку.

ГУМАНИТАРНЫЙ – обращенный к человеку.

Д

ДЕДУКТИВНОЕ РАССУЖДЕНИЕ (дедукция) – распространение общего положения на частные случаи.

ДЕЗАДАПТАЦИЯ – процесс, который приводит к нарушению взаимодействия со средой.

ДЕЙСТВИЕ – относительно завершенный элемент деятельности, направленный на достижение определенной промежуточной сознательной цели. Действие может быть как внешним, выполняемым в развернутой форме с участием двигательного аппарата и органов чувств, так и внутренним, выполняемым в уме.

ДЕЙСТВИЯ ВОЛЕВЫЕ – действия, характеризующиеся следующими особенностями: а) имеющие целенаправленный характер; б) поставленная цель осознается (отражается во второй сигнальной системе, то есть обозначается конкретными словами); в) на пути к цели преодолеваются внешние (внутренние) трудности.

ДЕЙСТВИЯ ИМПУЛЬСИВНЫЕ – действия, «запущенные» стимулом, совершаемые мгновенно, без обдумывания, они кратковременны и нередко немотивированы.

ДЕЙСТВИЯ ИМПУЛЬСИВНЫЕ – поступки, совершаемые непроизвольно и недостаточно контролируемые сознанием.

ДЕЙСТВИЯ КОНТРОЛЬНЫЕ – действия сличения с образцом.

ДЕЙСТВИЯ МНЕМИЧЕСКИЕ – действия запоминания, удерживания и припоминания какого-либо материала.

ДЕЙСТВИЯ НЕПРОИЗВОЛЬНЫЕ – действия, совершаемые без постановки цели, неосознаваемые, совершаемые под воздействием восприятия.

ДЕЙСТВИЯ ПЕРЦЕПТИВНЫЕ– основные структурные единицы процесса восприятия, включающие обнаружение объекта восприятия и соотнесение его с образцами памяти.

ДЕЙСТВИЯ ПРОИЗВОЛЬНЫЕ– действия, совершаемые с постановкой цели, свободно выбранные, осознанные и мотивированные.

ДЕЙСТВИЯ УМСТВЕННЫЕ – разнообразные действия человека, выполняемые во внутреннем плане сознания. Экспериментально установлено, что в умственные действия обязательно включены моторные, двигательные компоненты.

ДЕМЕНЦИЯ – психопатологический синдром, включающий снижение интеллекта в силу нарушения высших корковых функций, памяти, внимания, мышления и проявляющийся в нарушениях ориентировки, способности к обучению.

ДЕПЕРСОНАЛИЗАЦИЯ – характеристика чувства потери себя или личностной идентификации, ощущение, что человек является ни чем иным, как простым винтиком в безликой социальной машине.

ДЕТЕРМИНАЦИЯ – генетическая связь явлений (В.Н. Дружинин).

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ – 1) внешняя и внутренняя активность человека, регулируемая сознательной целью; 2) специфически человеческая, регулируемая сознанием активность, порождаемая потребностями и направленная на познание и преобразование внешнего мира и самого человека.

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ВЕДУЩАЯ – деятельность, выполнение которой определяет возникновение и формирование основных психологических новообразований человека на данной ступени развития его личности. В онтогенезе выделяют виды: 1) непосредственное общение младенца со взрослыми; 2) предметно-манипулятивная деятельность в раннем детстве; 3) сюжетно-ролевая игра у дошкольников; 4) учебная деятельность младших школьников; 5) общественно полезная деятельность подростков; 6) профессионально-учебная деятельность в ранней юности; 7) трудовая деятельность в период взрослости (зрелости).

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ГРУППОВАЯ – совместная деятельность группы людей.

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ИНДИВИДУАЛЬНАЯ – деятельность отдельного индивида.

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ТВОРЧЕСКАЯ – деятельность человека или коллектива людей по созданию новых оригинальных общественно значимых ценностей.

ДИСКРЕТНЫЙ – разделенный, состоящий из отдельных частей.

ДИСКУССИЯ – спор.

ДИСМОРФОБИЯ (дис + греч. morphe – форма, phobos – страх) – представление о мнимом внешнем уродстве, страх телесных изменений. Дисморфобия может носить характер навязчивых, «сверхценных» и бредовых идей.

ДИСПОЗИЦИЯ (англ. disposition – предрасположенность).

ДИССОНАНС КОГНИТИВНЫЙ – эмоциональное состояние, когда у человека одновременно имеются некоторые установки или знания, не согласующиеся между собой, или когда возникает конфликт между убеждениями или внешним поведением.

ДИСЦИПЛИНИРОВАННОСТЬ – сознательное подчинение своего поведения общественным нормам, установленному порядку.

ДИФФЕРЕНЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ – раздел психологической науки, изучающий индивидуально-психологические различия между людьми.

ДОКАЗАТЕЛЬНОСТЬ МЫШЛЕНИЯ – умение обоснованно, аргументированно мыслить, вскрывая причины явлений, объяснять их с научной точки зрения.

ДОМИНАНТА – преобладающий очаг возбуждения в головном мозге человека, связанный с повышенным вниманием или актуальной потребностью. Способность усиливаться за счет притяжения возбуждений с соседних участков мозга. Это понятие ввел А. Ухтомский.

ДУАЛИЗМ – идеалистическое философское учение, рассматривающее духовное и материальное как равнозначные начала. В наиболее развитой форме это учение представлено у французского ученого Рене Декарта.

Е

ЕСТЕСТВЕННЫЙ ЭКСПЕРИМЕНТ – понятие и термин, введенные А.Ф. Лазурским: психологический эксперимент, включенный незаметно для исследуемого в его игровую, трудовую или учебную деятельность.

Ж

ЖЕЛАНИЕ – осознанная потребность и влечение к чему-либо вполне определенному. Эта форма направленности характеризуется осознанием не только своей потребности, но и возможных путей ее удовлетворения.

З

ЗАБЫВАНИЕ – процесс, заключающийся в невозможности воспроизведения ранее запечатленной информации. Этот процесс выполняет защитную функцию, дает памяти отдых. Забывание происходит по «закону гиперболы» (Г. Эббингауз) (рис. 27): чем больше времени с начала запоминания, тем меньше забывается. Забывается обычно то, что не нужно, не значимо, и часть нужной информации.

На качество запоминания влияют различные факторы: модальность, осмысленность, привычность материала, функциональное и эмоциональное состояние человека (шок, стресс), информация до и после запоминания (см. Проактивное и ретроактивное торможение). З. Фрейд показал, что травмирующие события забываются человеком как защитный акт. Он утверждал, что в основе этого факта лежит мотив нежелания помнить.

ЗАДАЧА – знаковая модель какой-то прошлой проблемной ситуации. Если в этой ситуации выделить условия и искомые, то она превращается в задачу.

ЗАДАЧА УЧЕБНАЯ – задача, специально подобранная или сконструированная для целей обучения.

ЗАКОН ВЕБЕРА – ФЕХНЕРА – закон психофизики, утверждающий, что сила ощущения пропорциональна логарифму величины (интенсивности) воздействия на органы чувств раздражителя ($S = k \ln + C$, где S – интенсивность ощущения, k – коэффициент пропорциональности, зависящий от модальности рахдражителя, C – постоянная интегрирования). Главный смысл данной закономерности заключается в том, что интенсивность ощущений возрастает не пропорционально изменению раздражителей, а гораздо медленнее.

ЗАКОН становления высших психических функций (ВПФ) – всякая функция в культурном развитии человека появляется на сцену дважды: сперва в социальном развитии ребенка как интерпсихичес-

кая (приобретенная), в затем – во внутреннем плане как интрапсихическая (своя). Таким образом, ВПФ усваиваются, а не получаются генным путем.

ЗАПОМИНАНИЕ – процесс запечатления воспринятой информации с целью последующего ее сохранения. Качество запоминания зависит от многих факторов: от особенностей запоминаемого материала (его объема, логичности, интересности и др.), характера деятельности с этим материалом (от смысловой обработки, навыков и умений деятельности и др.) и особенностей личности запоминающего (мотивов, установок, характера и др.). Экспериментально установлено, что лучше запоминаются края ряда, нежели середина («Закон края»). В исследованиях Б.В. Зейгарник показано, что лучше запоминаются незавершенные действия (см. Эффект Зейгарник).

ЗАЩИТА ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ – механизм противостояния тревоге Специальная регулятивная система стабилизации личности, направленная на устранение или сведение до минимума чувства тревоги, связанного с осознанием какого-либо конфликта. З. Фрейд выделил несколько таких защит.

Уход – физическое или мысленное бегство от слишком трудной ситуации.

Идентификация – процесс присвоения установок и взглядов других людей. Человек перенимает установки могущественных в его глазах людей и, становясь похожим на них, меньше чувствует свою беспомощность, что приводит к снижению тревоги.

Проекция – приписывание своих собственных асоциальных мыслей и поступков кому-то другому.

Смещение – подмена реального источника гнева или страха кем-то или чем-то (вымещение зла на объекте, не имеющем отношения к ситуации, вызвавшей гнев).

Отрицание – отказ признать, что какая-то ситуация или события имеют место. Например, мать отказывается верить, что ее сын погиб.

Вытеснение – крайняя форма отрицания, бессознательный акт стирания в памяти пугающего или неприятного события, вызывающего тревогу, отрицательные переживания.

Регрессия – возвращение к более онтогенетически ранним, примитивным формам реагирования на эмоциогенную ситуацию.

Реактивное образование – поведение, противоположное имеющимся мыслям и желаниям, вызывающим тревогу, с целью их маскиров-

ки. Например, чтобы скрыть свою влюбленность, подросток будет проявлять агрессию к объекту обожания.

ЗНАК – материальный, чувственно воспринимаемый предмет, явление или действие, выступающий в процессе познания и общения в качестве заместителя другого предмета или явления и используемый для получения, хранения, преобразования и передачи информации.

ЗНАКОВАЯ СИСТЕМА – набор знаков, объединенных общими правилами их взаимосвязи и практического использования.

ЗНАЧЕНИЕ СЛОВА – предметное содержание слова, содержание сообщения слова. Слово как единица языка имеет две стороны – внешнюю звуковую (фонетическая) и внутреннюю смысловую (семантическую). Слово является носителем информации, оно всегда соотносится с обозначаемыми им определенными предметами и явлениями действительности. Эта информация и есть значение слова.

ЗООПСИХОЛОГИЯ – отрасль психологии, изучающая сравнительное развитие психики животных и человека.

И

ИГРА (детская) – вид деятельности, заключающийся в воспроизведении детьми действий взрослых и отношений между ними, направленный на познание окружающей действительности. Игра служит одним из важнейших средств физического, умственного и нравственного воспитания.

ИГРА – форма деятельности в условных ситуациях, направленная на воссоздание и усвоение общественного опыта, фиксированного в социально закрепленных способах осуществления предметных действий, в предметах науки и культуры.

ИГРА ДЕЛОВАЯ – особый вид игры, использующийся в профессиональном обучении. Сущностью деловой игры является воссоздание с помощью имитационной и игровой моделей предметного, социального и психологического содержания совместного профессионального труда специалиста, задается целостный контекст его профессиональной деятельности.

ИД (оно) – главная составляющая структуры личности в психоанализе, состоящая из совокупности бессознательных (сексуальных и агрессивных) побуждений; ид функционирует в соответствии с принципом удовольствия.

ИДЕАЛ – представление о достойном подражания образцовом человеке, особенностях его личности, поведения и отношениях с людьми.

ИДЕНТИЧНОСТЬ – внутренняя непрерывность и тождественность личности (Э. Эриксон). Обладать идентичностью – значит, во-первых, ощущать себя, свое бытие как личности неизменным, независимо от изменения ситуации, роли, самовосприятия; во-вторых, это значит, что прошлое, настоящее и будущее переживаются как единое целое; в-третьих, это означает, что человек ощущает связь между собственной непрерывностью и признанием этой непрерывности другими людьми.

ИДЕНТИФИКАЦИЯ – мысленное уподобление себя другому.

ИДЕАЛ – образ цели склонности индивида, образец, к которому он стремится, на который ориентируется.

ИДЕНТИФИКАЦИЯ – важнейший механизм социализации, проявляющийся в принятии индивидом социальной роли при вхождении в группу, в осознании им групповой принадлежности, формировании социальных установок и пр.

ИДИОГРАФИЧЕСКИЙ ПОДХОД – исследовательский подход, ориентированный на описание уникальных, единичных объектов.

ИЕРАРХИЯ – порядок расположения от низшего к высшему или от высшего к низшему.

ИЗУЧЕНИЕ ПРОДУКТОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ – изучение продуктов труда человека: изобретений, книг, писем и т.п. По ним можно в известной мере судить об особенностях деятельности, которая привела к их созданию, и включенных в эту деятельность психических процессов. Этот метод используется для изучения психического склада личности по текстам (контент-анализ), по рисункам и пр.

ИЛЛЮЗИИ ВОСПРИЯТИЯ – искаженное отражение реальности, носящее устойчивый характер. Иллюзия восприятия – это феномен восприятия, существующий только в голове человека и не соответствующий какому-либо реальному явлению или объекту. Могут происходить в разных модальностях. Наибольшее их число наблюдается в области зрения. Зрительные иллюзии многообразны:

1) связанные с особенностями строения глаза. Так, белые предметы кажутся больше;

2) переоценка вертикальных линий по сравнению с горизонтальными при их действительном равенстве;

3) иллюзии, обусловленные контрастом. Воспринимаемая величина фигуры зависима от окружения. Кружок кажется большим среди маленьких и меньшим среди больших кружков;

4) перенесение свойств целой фигуры на ее отдельные части (иллюзия Мюллера–Лайэра) и др.;

5) искажение направления линий под влиянием других линий фона.

Иллюстрации к иллюзиям восприятия вы найдете в части 1 (рис. 21–24).

К другому виду иллюзий восприятия относятся иллюзии видимого движения:

1) движение автокинетическое – хаотическое перемещение объективно неподвижного источника света, наблюдаемого в полной темноте;

2) движение стробоскопическое – впечатление движения объекта при быстром последовательном предъявлении двух неподвижных стимулов в близком соседстве (киноизображение);

3) движение индуцированное – кажущееся движение неподвижного объекта в сторону, противоположную движению окружающего фона.

К незрительным иллюзиям относится иллюзия Шарпантье: из двух предметов равного веса, но разных размеров меньший кажется тяжелее.

Единой теории, объясняющей все иллюзии, еще нет. Принято считать, что иллюзорные эффекты – результат работы в необычных условиях тех же механизмов, что и в нормальных условиях.

ИМАЖИНИЗМ – направление в русской литературе начала XX в., утверждавшее, что цель творчества состоит в создании самоценных словесных образов.

ИМАЖИТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ (фр. imago – образ) – деятельность воображения в процессе творчества.

ИМПРЕССИЯ – проявление эмоций во внутреннем плане (учащение дыхания и сердцебиения, повышение давления и пр.).

ИНДИВИД – отдельное живое существо, представитель биологического вида. Человек рождается индивидом, а затем становится личностью благодаря вхождению каждого конкретного индивида в общественные отношения и «интериоризации» этих отношений. Процесс превращения индивида в личность называется персонализацией.

ИНДИВИДУАЛЬНОСТЬ (от лат. individuum – неделимое) – системная организация человека как интегральная целостность, включающая различные уровни его психической организации. Индивидуальность – это те индивидуальные и личностные свойства человека, та-

кое их сочетание, которое данного человека отличает от других людей, личность в ее своеобразии.

ИНДУКТИВНОЕ РАССУЖДЕНИЕ (индукция) – такое рассуждение, при котором, на основе ряда частных суждений (посылок) можно получить общее суждение (вывод).

ИНИЦИАТИВНОСТЬ – способность предпринимать попытки к реализации возникших у человека идей.

ИНСАЙТ (англ. insight – постижение, озарение) – неожиданное для самого человека внезапное понимание, нахождение решения какой-либо проблемы, над которой он долго и настойчиво думал.

ИНСТИНКТЫ (лат. instinctus – побуждение) – сложные акты поведения, направленные на удовлетворение биологических потребностей и основанные на безусловных рефлексах.

ИНСТРУМЕНТАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ – относящиеся к способам действия.

ИНТЕЛЛЕКТ (лат. intellectus) –1) в широком смысле – глобальная, интегральная, биопсихическая особенность человека, характеризующая его возможности адаптации (Штерн, Пиаже). Это способность решать новые мыслительные задачи без проб и переносить найденные способы на другие ситуации; 2) в узком смысле – общее название познавательных способностей. Интеллект включает мышление, скорость восприятия, объем памяти, время удержания информации и т.п. Однако интеллект нельзя считать лишь простой суммой этих познавательных процессов, ими он не исчерпывается, так же как интеллектуальная деятельность не может быть заменена мышлением.

ИНТЕЛЛЕКТ АКАДЕМИЧЕСКИЙ – способность к учению в регламентированных условиях (школа, университет). Проявляется в уровне учебной успеваемости. Коррелирует с уровнем развития общего интеллекта.

ИНТЕЛЛЕКТ БИОЛОГИЧЕСКИЙ – врожденная составляющая общего интеллекта. В основе лежат особенности биохимических, нейропсихологических процессов переработки информации центральной нервной системой.

ИНТЕЛЛЕКТ ВЕРБАЛЬНЫЙ – способность к словесному анализу и синтезу, к решению вербальных задач. Выделяется как относительно самостоятельная составляющая структуры интеллекта в ряде моделей. Вербальный интеллект включает запас слов, эрудицию, умение понимать прочитанное.

ИНТЕЛЛЕКТ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ (связный) – система интеллектуальных навыков, зависящая от приобретенного опыта (Р. Кэттелл).

ИНТЕЛЛЕКТ ОБЩИЙ (генеральный фактор) – умственная способность, влияющая на выполнение любой деятельности. Эта способность проявляется в качестве, скорости и точности решения мыслительных задач, в темпе и успешности обучения, продуктивности профессиональной деятельности и уровне социальной адаптированности. Концепция общего интеллекта принадлежит Ч. Спирмену.

ИНТЕЛЛЕКТ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ (связный) – система интеллектуальных навыков, зависящая от приобретенного опыта (Р. Кэттелл).

ИНТЕЛЛЕКТ ПРАКТИЧЕСКИЙ – способность манипулировать объектами, умение адаптироваться в окружающей обстановке (адекватное восприятие и понимание происходящих событий, адекватная самооценка, способность рационально действовать в новой обстановке).

ИНТЕЛЛЕКТ ПРОСТРАНСТВЕННЫЙ – способность оперировать мысленными пространственными образами, схемами, моделями реальности. Включает два фактора: 1) скорость и точность распознания двухмерных объектов; 2) мысленное вращение и преобразование образов в трехмерном пространстве.

ИНТЕЛЛЕКТ РАССУДОЧНЫЙ – способность ориентироваться в знакомой ситуации. Это процесс познания реальности и способ деятельности, основанный на использовании формализованных знаний, трактовок мотивов деятельности участников коммуникации.

ИНТЕЛЛЕКТ СЕНСОМОТОРНЫЙ – тип мышления, характеризующий доречевой период жизни ребенка (Ж. Пиаже).

ИНТЕЛЛЕКТ СОЦИАЛЬНЫЙ – способность, определяющая успешность оценки, прогнозирования и понимания поведения людей. Термин предложен Дж. Гилфордом.

ИНТЕЛЛЕКТ ФЛЮИДНЫЙ (свободный, текучий) – врожденная интеллектуальная способность приспосабливаться к новым ситуациям, овладевать новыми знаниями. Характеризуется гибкостью и скоростью мышления, входит в состав общего интеллекта. Уровень снижается в процессе старения. Термин предложен Р.Б. Кэттеллом.

ИНТЕЛЛЕКТ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ – способность воспринимать, выражать и понимать эмоции других людей.

ИНТЕЛЛЕКТА МОДЕЛЬ (Дж. Гилфорда) – многомерное явление, некоторое свойство, которое можно оценивать по трем измерениям:

характеру, продукту и содержанию. Модель включает 120 различных интеллектуальных процессов, частных способностей. Они, в свою очередь, сводятся к 15 факторам: 5 операций, 4 вида содержания и 6 типов продуктов мыслительной деятельности. К операциям относятся познание, память, оценивание, дивергентное и конвергентное мышление.

ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ – поведение животных, характеризующееся «изобретением» ими новых способов решения задач, использованием внешних предметов как орудий, обходом препятствий, решением двухфазных задач, явлением инсайта и т.п.

ИНТЕР – составная часть сложных терминов, означающая «между, среди» или «взаимный».

ИНТЕРАКЦИЯ – акт между кем-то.

ИНТЕРВЬЮИРОВАНИЕ – метод социальной психологии, заключающийся в сборе информации, полученной в виде ответов на поставленные вопросы.

ИНТЕРЕС – 1) эмоциональная реакция на новое, источник мотивов, научения и творчества. Интерес выражается в мимических движениях – приподнятыми или слегка сведенными бровями, перемещением взгляда по направлению к объекту, слегка приоткрытым ртом или поджатием губ; 2) специфическая форма проявления познавательной потребности, которая обеспечивает направленность личности на осознание целей деятельности и тем самым способствует ориентировке личности в окружающей действительности. Интерес включает эмоциональный, интеллектуальный и поведенческий компоненты.

ИНТЕРИОРИЗАЦИЯ – процесс преобразования внешних, предметных действий во внутренние, умственные.

ИНТЕРПСИХИЧЕСКАЯ ФУНКЦИЯ – возникшая во взаимодействии ребенка с другими людьми.

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ – толкование.

ИНТЕРФЕРЕНЦИЯ – в переводе со старофранцузского означает – мешать друг другу.

ИНТЕРФЕРЕНЦИЯ НАВЫКОВ – ослабление новых навыков под влиянием ранее выработанных, обусловленное их сходством.

ИНТРА – префикс, в переводе с латинского означает «внутри».

ИНТРАПСИХИЧЕСКАЯ ФУНКЦИЯ – внутренняя, перешедшая во внутренний.

ИНТРОВЕРСИЯ – ориентация на внутренний мир, на собственные переживания.

ИНТРОСПЕКЦИЯ – самонаблюдение – наблюдение, объектом которого являются психические состояния самого субъекта.

ИНТУИЦИЯ – способность быстро находить верное решение задачи и ориентироваться в сложных жизненных ситуациях, а также предвидеть ход событий.

ИНТУИТИВНЫЙ ТИП – характеризуется преобладанием эмоций над логикой и доминированием правого полушария головного мозга над левым.

ИРРАЦИОНАЛЬНЫЙ (от лат. irrationalis – неразумный, бессознательный) – находящийся за пределами разума, несовместимое с рациональным мышлением, неподдающееся логическому объяснению, пониманию.

ИСТОРИЧНОСТЬ ВОСПРИЯТИЯ – включенность восприятия человека в процесс исторического развития его сознания. Восприятие действительности на данной ступени развития вырастает на основе опосредования его всей прошлой общественной практикой, в процессе которой переделывается и чувственность человека. Так, человеческий слух развился в значительной мере благодаря развитию речи и музыки, а зрение – благодаря развитию геометрии и изобразительному искусству. Всякое восприятие фактически является включением воспринятого объекта в определенную систему представлений и понятий, запечатлевшуюся в речи, которая представляет собой продукт общественно-исторического развития.

К

КАТАРСИС (англ. cathexix – энергия, затраченная на представление понятий, идей, образов, символов). Первоначально понятие катарсис относилось к состоянию эмоционального потрясения, внутреннего очищения, которое вызывалось у зрителей античных трагедий в результате переживания за судьбу героя, которая, как правило, завершалась смертью. Катарсис – соприкосновение со страданиями людей, сопереживание трагедии.

КАТЕГОРИЯ (от греч. kategoria – высказывание, суждение) – предельно широкое понятие, в котором отражены наиболее общие и существенные свойства, признаки, связи и отношения предметов, явлений действительности и познания. Категориями психологии, например, являются психика, сознание, деятельность, личность, коллектив; мышление, эмоции, чувства, воля и др.

КАУЗАЛЬНАЯ (ЫЙ) (от лат. causa – причина) – причинная.

КАУЗАЛЬНАЯ АТРИБУЦИЯ (от лат. causa – причина и англ. attributo – приписывать, наделять) – интерпретация субъектом своего восприятия, причин и мотивов поведения других людей, полученная не на основе непосредственного наблюдения, анализа результатов деятельности и т.д., а путем приписывания личности, группе людей свойств, характеристик, которые не попали в поле восприятия и как бы домысливаются им.

КИНЕСТЕТИЧЕСКИЕ ощущения (греч. kinesis – движение, aesthesis – ощущение, чувство) – jтражение положения и перемещения в пространстве тела или его частей, направления и объема движений в различных положениях, сопротивления и тяжести предметов окружающей обстановки. Осуществляется через импульсы, поступающие от проприоцепторов, находящихся в мышцах, сухожилиях, связках, суставах. Играет важную роль в сохранении телом равновесия в различных положениях.

КОГНИТИВНЫЙ (англ. cognitio – знание) – познавательный.

КОГНИТИВНЫЙ ДИССОНАНС – некоторое противоречие между двумя или более когнициями.

КОГНИТИВНЫЙ КОНСОНАНС – соответствие между когнициями.

КОГНИЦИЯ – любое знание, мнение или убеждение, касающееся среды, себя или собственного поведения.

КОГНИТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ (лат. cognition – знание) – психология знания, изучает познавательные процессы. Поведение объясняется знанием схем действия.

КОЛЛЕКТИВНОЕ БЕССОЗНАТЕЛЬНОЕ – совокупность всех врожденных архетипов.

КОММУНИКАЦИЯ (в психологии) – передача информации при помощи языка и других знаковых средств.

КОНВЕРГЕНЦИЯ (в нейропсихологии) – соединение нескольких нервных отростков одного нейрона, нервного пути или нервного центра.

КОНКРЕТИЗАЦИЯ – мыслительная операция, противоположная абстракции. Это представление чего-либо единичного, что соответствует тому или иному понятию или общему положению. Например, конкретизировать понятие «психика» – значит назвать конкретный пример психики, положим – мышление, или способности, или мотивы и т.д. Мышление функционирует и фиксируется в различных формах: предметно-действенной, наглядно-образной и сло-

весно-логической. Словесно-логическое мышление, в свою очередь, выражается в понятиях, суждениях и умозаключениях.

КОНСОНАНС – противоположно диссонансу; согласованность знаний, убеждений, поведения.

КОНСТРУКТ (англ. construct – строить) – своеобразный классификатор – шаблон нашего восприятия других людей и себя.

КОНТЕНТ-АНАЛИЗ (англ. contents – содержание) – научный метод выявления и оценки характеристик текстов и других носителей информации (видеозаписей, теле- и радиопередач, интервью и т.д.).

КОНТРАСТА ЯВЛЕНИЕ – изменение интенсивности и качества ощущения под влиянием предшествующего и сопутствующего раздражителя, например после холодного слабый тепловой раздражитель кажется горячим или одна и та же фигура на черном фоне кажется светлее, а на белом – темнее.

КОНФОРМНОСТЬ (от поздн. лат. conformis – подобный, сообразный) – соглашательство, приспособленчество, пассивное принятие окружающей среды, существующего порядка, господствующих мнений, отсутствие собственной позиции и слепое подражание любому образу, обладающему наибольшей силой давления, психического принуждения.

КОРРЕЛЯЦИОННЫЙ АНАЛИЗ (лат. correlation – соотношение) – статистический метод оценки меры, формы и характера связи исследуемых свойств или признаков.

КОРРЕЛЯЦИЯ – мера связи явлений действительности или фактов эксперимента, их взаимосвязь.

КРЕАТИВНОСТЬ (от англ. to create – творить, создавать) – творческость. Креативность отлична от интеллекта и является сложным интегральным явлением (А.М. Матюшкин, Я.П. Пономарев). Один из первых исследователей творческого мышления (креативности) Дж. Гилфорд выделил четыре его особенности:

1) оригинальность, необычность идей;

2) семантическая гибкость – способность видеть объект под разными углами зрения;

3) образная гибкость – способность изменять восприятие объекта, чтобы увидеть скрытые его стороны;

4) способность использовать разные идеи в неопределенной ситуации.

К особенностям творческого мышления относят и характеристики личности (К.Тейлор, К. Кокс, А.М.Матюшкин и др.): толерант-

ность к неопределенности; готовность к преодолению препятствий; внутреннюю мотивацию; умеренную готовность к риску; стремление к признанию и др.

Творческое мышление формируется в детстве на основе задатков в процессе решения творческих задач. Креативность отличается оригинальностью, то есть необычностью и новизной идей.

КРИВАЯ УПРАЖНЕНИЙ – графическое изображение в виде кривой количественных показателей успешности выполнения осваиваемого действия (затрачиваемого времени, количества ошибок) при его повторения.

КРИТИЧНОСТЬ МЫШЛЕНИЯ – объективная оценка других и себя.

Л

ЛАБИЛЬНОСТЬ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ – изменчивость, адаптивность, неустойчивость.

ЛАБИЛЬНОСТЬ (лат. labilis – подвижный, нестойкий) – нестабильность функционирования, непостоянство, значительные колебания в амплитуде тех или иных проявлений.

ЛАБИРИНТ – *сложный путь*

ЛАТЕНТНЫЙ ПЕРИОД (от лат. latens – скрытый, тайный) – время между началом действия стимула и возникновения видимой реакции на этот стимул.

ЛЕКСИКОН – запас слов.

ЛИБИДО – общая биологическая энергия.

ЛИНГВИСТИКА – наука о языке (языкознание).

ЛИТОЛА – преуменьшение особенностей персонажа.

ЛИЧНОСТИ РАЗВИТИЕ – процесс последовательного развертывания свойств, качеств и характеристик, присущих человеку как индивиду и как члену общества, проявляющихся в его деятельности, общении и взаимодействии с другими людьми. Развитие личности включает этапы: формирование, стабилизация, возрастные изменения, преобразование. Особую роль в развитии личности играет воспитание как целенаправленное и организованное воздействие субъекта воспитательной деятельности (социальных институтов или уполномоченных ими отдельных лиц) на объект воспитания с целью формирования определенного типа личности, соответствующего социальному заказу общества на данном историческом этапе его развития.

ЛИЧНОСТИ СТРУКТУРА – совокупность устойчивых связей между отдельными чертами, обеспечивающая ее целостность. В деятельностном подходе наиболее популярна четырехкомпонентная структура (модель) личности. Она включает: направленность, способности, характер и самоконтроль (саморегуляцию).

ЛИЧНОСТИ ЧЕРТА – предрасположенность человека вести себя сходным образом в разное время и в разных ситуациях.

ЛИЧНОСТНЫЙ ПОДХОД – принцип психологии, индивидуальный подход к человеку как личности с пониманием ее как отражающей системы, определяющей все другие психические явления.

ЛИЧНОСТНЫЙ СМЫСЛ – субъективное отношение личности к явлениям объективной действительности.

ЛИЧНОСТЬ – 1) человек как субъект социальных отношений и сознательной деятельности; 2) системное качество индивида, определяемое включенностью в социальные связи, которое формируется в совместной деятельности и общении.

ЛИЧНОСТЬ КОГНИТИВНО ПРОСТАЯ – личность с небольшим набором конструктов.

ЛИЧНОСТЬ КОГНИТИВНО СЛОЖНАЯ – личность с большим количеством конструктов. Когнитивно сложная личность по сравнению с когнитивно простой отличается тем, что имеет лучшее психическое здоровье, лучше справляется со стрессом, имеет более высокий уровень самооценки, более адаптивна к новым ситуациям.

ЛИЧНОСТИ НАПРАВЛЕННОСТЬ – система устойчивых предпочтений и мотивов личности, задающая главные тенденции поведения личности.

ЛОГИЧНОСТЬ МЫШЛЕНИЯ – умение соблюдать логический порядок в рассмотрении вопроса, логическую обоснованность рассуждений, строгую логику мышления.

ЛОКАЛИЗАЦИЯ РАЗДРАЖИТЕЛЯ ПРОСТРАНСТВЕННАЯ – (для слуха) – точка пространства,из которой исходит звук. Основную роль при локализации звука играет то, что: а) ухо, которое находится ближе к источнику звука, испытывает воздействие стимула несколько раньше, чем другое ухо; б) голова создает «барьер», который частично блокирует звук так, что ближнее к источнику ухо получает более интенсивный стимул; в) два уха воспринимают различные фазы звуковых волн.

ЛОКАЛИЗАЦИЯ – перцептивное действие по определению. Этот термин употребляется относительно слуха (определение расположения источника звука в среде), зрения (определение положения

стимула в области зрения), осязательных ощущений (определение места стимуляции на коже).

ЛОКУС – место расположения чего-то.

ЛОКУС КОНТРОЛЯ (интернальный – внутренний) – устойчивое качество личности, выражающееся в принятии человеком ответственности за совершенные им действия и происходящие с ним события, объясняя их своим поведением, ошибками и т.п.

ЛОКУС КОНТРОЛЯ (экстернальный – внешний) – устойчивая склонность личности приписывать ответственность за все происходящее с ней внешним факторам (случайности, обстоятельствам и др.

М

МАЗОХИЗМ (от имени австрийского романиста Леопольда Захер-Мазоха) – любого вида враждебность или деструктивный импульс, направленный на себя.

МАНИПУЛЯЦИЯ (лат. manipulation – обращение с объектами со специальным намерением, особенной целью, как ручное управление, как движения, производимые руками, ручные действия). В психологии – вид психологического воздействия, искусное исполнение которого ведет к скрытому возбуждению у другого человека намерений, не совпадающих с его актуально существующими желаниями.

МЕНТАЛЬНЫЙ – относящийся к уму, к умственной деятельности.

МЕТАФОРА – образное сравнение, употребление одного предмета вместо другого

МЕТАЯЗЫК – специальный язык, на котором осуществляется представление другого языка, формализованного для соответствующего описания

МЕТОД (греч. methodos – путь к чему-либо) – способ деятельности, направленный на достижение определенной цели; путь осуществления научного исследования, вытекающий из общих теоретических представлений о сущности изучаемых объектов.

МЕТОД БИОГРАФИЧЕСКИЙ – способы исследования, диагностики, коррекции и проектирования жизненного пути личности на основе информации, полученной из биографий, опросников, интервью, свидетельств очевидцев, контент-анализа дневников, писем и т.п.

МЕТОД БЛИЗНЕЦОВЫЙ – способ научного исследования, основанный на сравнении психологии и поведения двух типов близнецов:

монозиготных (с одинаковым генотипом) и дизиготных (с разным генотипом). Метод применяется для решения проблемы генотипической или средовой обусловленности определенных психологических и поведенческих особенностей человека.

МЕТОД ГЕНЕТИЧЕСКИЙ – способ изучения психических явлений, состоящий в анализе процесса их возникновения и развития от низших форм к высшим.

МЕТОД ИДЕОГРАФИЧЕСКИЙ – метод исследования личности, ориентированный на описание уникальных, единичных объектов (Г. Олпорт).

МЕТОДИКА ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ – совокупность методов, применяемых в конкретном исследовании и определяемых соответствующей им методологией.

МЕТОД КОМПЛЕКСНЫЙ – исследования разными средствами, разными науками.

МЕТОД ЛОНГИТЮДНЫЙ (от англ. longitude – долгота) – длительное научное исследование процессов формирования, развития и изменения каких-либо психических или поведенческих явлений. Изучение психических явлений у одних и тех же испытуемых на протяжении длительного времени (иногда в продолжение ряда лет) и последовательная фиксация ряда существенных изменений в психике испытуемого.

МЕТОД НОМОТЕТИЧЕСКИЙ – метод исследования личности, ориентированный на установление обобщений (Р. Кеттелл, Г. Айзенк).

МЕТОДОЛОГИЯ – система принципов и способов организации и построения теоретической и практической деятельности, а также учение об этой системе.

Методология воплощается во всех видах деятельности, в том числе и научной.

МЕТОД ПРОЕКТИВНЫЙ – один из методов исследования личности. Основан на выявлении проекций особенностей личности испытуемого в данных эксперимента с последующей интерпретацией. Метод обеспечивается совокупностью проективных методик (проективных тестов), среди которых различают: а) ассоциативные (например, тест Роршаха, тест незаконченных предложений и др.); б) интерпретационные (например, тематический апперцептивный тест (ТАТ), в котором требуется истолковать социальные ситуации, изображенные на картинках; в) экспрессивные (психодрама, рисунок человека, несуществующего животного и др.).

МЕТОД СЕМАНТИЧЕСКОГО ДИФФЕРЕНЦИАЛА – способ изучения содержания и структуры сознания человека через определение им понятий с помощью серии заранее заданных полярных определений типа «сильный – слабый», «хороший – плохой» и т.п. Метод введен американским психологом Ч. Осгудом.

МЕТОД СРАВНИТЕЛЬНЫЙ – изучение одной и той же функции у разных групп испытуемых.

МЕЧТА – самостоятельное создание новых образов. Воображение, направленное на желаемое будущее.

МИРОВОЗЗРЕНИЕ – система взглядов индивида на природу, общество, человека и их развитие. Система взглядов является ценностными ориентациями людей, их принципами познания и деятельности.

МНЕМИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ – действия запоминания, удерживания и припоминания какого-либо материала.

МНЕМОТЕХНИКА (мнемоника – греч. mnemonika – искусство запоминания). Система приемов, которые способствуют лучшему запоминанию информации и позволяют увеличить объем информации, запоминаемой с первого предъявления.

МНЕМОНИКА – впервые была разработана древнеримскими и древнегреческими ораторами, профессия которых предполагала огромные нагрузки на память.

МОДЕЛИРОВАНИЕ – метод исследования психических закономерностей, который заключается в построении моделей психических явлений и в изучении функционирования этих моделей с использованием полученных результатов в качестве данных о закономерностях функционирования психики.

МОЗГОВОЙ ШТУРМ – впервые использовался А.Осборном Участвуют две группы: 1-я группа – 7 – 10 чел. специалистов среднего уровня из разных областей знания, 2-я группа генерации – ведущие специалисты в данной области знания. Сначала работает первая группа в условиях физического комфорта (удобное помещение) и социального (запрет на критику, полное равенство). Им объявляется проблема. Участники «набрасывают» гипотезы (возможны и самые невероятные). Все гипотезы тут же записываются на магнитофон. На этом их роль заканчивается. Затем вступает вторая группа. Участники прослушивают все гипотезы и «вычерпывают» подходящие. Так, в США за 300 заседаний было выдвинуто более 15 тысяч идей, из них 1,5 тысячи – реализовано.

МОНОТОНИЯ – психическое состояние, характеризующееся снижением уровня жизнедеятельности, наступающее в результате воздейс-

твия однообразных раздражителей. Проявляется в притуплении внимания, снижении его способности к переключению, снижении сообразительности, ослаблении воли, сонливости. При этом развивается неприятное эмоциональное переживание, сопровождающееся стремлением выйти из этой гнетущей обстановки, «встряхнуться», активизироваться. Монотония может превращаться в стойкое состояние скуки.

МОРФОЛОГИЯ – анализ формы и структуры организма.

МОТИВ – внутренняя устойчивая психологическая причина поведения или поступка человека, то, что побуждает человека к деятельности и придает его деятельности осмысленность.

МОТИВАЦИЯ – 1) совокупность мотивов, направляющая деятельность и сам внутренний процесс побуждения; 2) процесс психической регуляции, влияющий на направленность деятельности и количество энергии, мобилизуемой для выполнения этой деятельности.

МОТИВ АФФИЛИАЦИИ (стремление к людям) – стремление к таким контактам с людьми, которые предполагают доверие, сотрудничество, присоединение и исключение манипуляции. Мотив аффилиации имеет две формы: надежда на присоединение (НА) и боязнь отвержения (БО).

МОТИВ ВЛАСТИ – способность лица проводить свою волю вопреки сопротивлению других людей. В основе мотива власти лежит потребность чувствовать себя сильным и проявлять свое могущество в действии. Источниками власти являются: вознаграждение, принуждение и нормативная власть (власть знатока).

МОТИВ ДОСТИЖЕНИЯ – устойчивое стремление в достижении результата в работе, желание сделать что-то хорошо и быстро, достичь определенного уровня в каком-либо деле. Мотив достижения включает стремление к мастерству, соперничеству (состязательности, лидерству), удовлетворяющей работе, известности и т.п. Мотив достижения потом был дифференцирован на два: стремление к успеху и стремление избегать неудач.

МОТИВ ИЗБЕГАНИЯ НЕУДАЧИ – более или менее устойчивое стремление человека избегать неудач в тех ситуациях жизни, где результаты его деятельности оцениваются другими людьми.

МОТИВИРОВКА – логическое объяснение причин поведения. Она может отличаться от действительных мотивов или сознательно использоваться для их маскировки.

МОТИВ ОТВЕРГАНИЯ – проявляется в боязни быть непринятым, отвергнутым значимыми людьми.

МОТИВ ПОМОЩИ, АЛЬТРУИСТИЧЕСКИЕ МОТИВЫ – альтруизм – любовь и бескорыстная забота о других, способность на безвозмездную жертву ради группы, потребность отдавать и чувство ответственности. Исследования показали, что:

– чаще оказывают помощь те, кто сам раньше ее получал;

– люди, обладающие эмпатией;

– больше альтруизма проявляется к зависимому человеку, чем к независимому, приятному и привлекательному, к знакомому, человеку той же этнической группе. Важным свойством личности, предрасполагающим к альтруистическому поведению, является предрасположенность к сопереживанию человеку, нуждающемуся в помощи (эмпатия).

МОТИВ УСПЕХА – ориентация на успех в разных видах деятельности в отличие от ориентации на избегание неудач. Люди, ориентированные на успех, предпочитают выбирать средние и трудные задачи, так как предпочитают расчетливо рисковать; а мотивированные на неудачу выбирают либо легкие задачи (гарантируют успех), либо трудные (так как неудача не воспринимается как личный неуспех). Успех в деятельности зависит не только от самого мотива, но и от его силы. Так, оптимальная продуктивность деятельности наступает при среднем уровне мотивации (закон Йеркса–Додсона).

МУДРОСТЬ – высшая степень развития интеллекта. Это обобщение многообразия знания и опыта человечества, обобщение, формулируемое в качестве принципов познания, оценки, поведения, действия. Мудрость – разум, осознающий свою ответственность за судьбу общества.

МУЖЕСТВО – высокая степень самообладания, которая ярко проявляется в сложных и опасных обстоятельствах, в борьбе с необычными трудностями. Мужество – сложное качество. Оно предполагает наличие смелости, выдержки и настойчивости.

МЫСЛИТЕЛЬНЫЙ тип – ему свойственны рациональность и преобладание левого полушария мозга над правым, примат логики над интуицией и чувством.

МЫШЛЕНИЕ – психический процесс обобщенного и опосредованного отражения действительности.

МЫШЛЕНИЕ АУТИЧЕСКОЕ – мышление, связанное с реализацией желаний, желаемое выдается за действительное.

МЫШЛЕНИЕ ДИВЕРГЕНТНОЕ – продуктивное мышление, служащее средством порождения оригинальных творческих идей. Оно допус-

кает существование нескольких правильных ответов на один и тот же вопрос. Термин введен Дж. Гилфордом.

МЫШЛЕНИЕ ДИСКУРСИВНОЕ – аналитическое, развернутое во времени, поэтапное и значительно осознанное.

МЫШЛЕНИЕ КОНВЕРГЕНТНОЕ – продуктивное мышление, связанное с решением задач, имеющих единственно правильный ответ (Дж. Гилфорд).

МЫШЛЕНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ (выделены Калмыковой З.И.):

быстрота – скорость принятия решения и решения задачи;

гибкость – умение находить пути решения задачи, видеть объект под новым углом зрения, его новые, скрытые стороны (свойства);

глубина – способность анализировать, сравнивать, находить существенное;

доказательность – умение обоснованно, аргументированно мыслить, вскрывая причины явлений, объяснять их с научной точки зрения;

критичность – объективная оценка других и себя;

логичность – умение соблюдать логический порядок в рассмотрении вопроса, логическую обоснованность рассуждений, строгую логику мышления;

пытливость (любознательность) – потребность всегда искать наилучшее решение;

самостоятельность – умение использовать общественный опыт, независимость от мнения других. явлениями и выражающаяся в предложениях, в которых что-либо утверждается или отрицается.

МЫШЛЕНИЕ ИНТУИТИВНОЕ – вид мышления, характеризующийся свернутостью, одномоментностью, протекающий без этапов. Это особая форма бессознательной деятельности мозга. Я.А. Пономарев показал, что в мыслительной деятельности осознается цель деятельности, а побочные действия не осознаются и протекают в форме интуиции.

МЫШЛЕНИЕ КОЛЛЕКТИВНОЕ – мышление группы людей при решении проблем и задач. Опыт решения сложных мыслительных задая показал, что при современном уровне цивилизации вероятность появления многогранных гениев ранга Леонардо да Винчи, равна нулю. Отсюда актуальной становится задача развития коллективного мышления. В настоящее время научным сообществом уже осознана мысль, что социальное взаимодействие и развитие мышления являются взаимосвязанными процессами (В.В. Рубцов). В ходе совмес-

тного решения задач возникают различного рода феномены: выдвигаются и сменяются лидеры; возникают кооперации, индивидуализм по отношению к прогнозам; происходит повторный анализ собственного мышления участниками; принятие или неприятие позиции партнера; доминируют субъект-объектные отношения; иначе решение затрудняется.

В практической психологии давно разработаны различные формы группового решения проблем: групповая дискуссия, мозговой штурм, синектика.

МЫШЛЕНИЕ НАГЛЯДНО-ОБРАЗНОЕ – форма мыслительного процесса, который осуществляется непосредственно при восприятии окружающей действительности и без этого осуществляться не может. В этом процессе человек привязан к действительности, а необходимые для мышления образы он черпает из кратковременной и оперативной памяти. Данная форма мышления доминирует у детей дошкольного и младшего школьного возраста.

МЫШЛЕНИЯ ОРИГИНАЛЬНОСТЬ – нетривиальность, необычность, новизна идей.

МЫШЛЕНИЕ ПАТОГЕННОЕ – ошибочное, используется в психотерапии (Ю.М. Орлов).

МЫШЛЕНИЕ ПРАКТИЧЕСКОЕ – вид мышления, направленный на решение практических задач. Оно направлено на проверку гипотез, решение практических проблем на основе практического опыта (здесь и теперь). Обычно осуществляется при дефиците времени и при ограниченной возможности проверки. Используется в этом виде мышления чаще наглядно-действенная и наглядно-образная формы.

МЫШЛЕНИЕ ПРЕДМЕТНО-ДЕЙСТВЕННОЕ (наглядно-действенное) – форма мышления, опирающаяся на непосредственное восприятие предметов и действия с ними. В этом мышлении субъект выполняет мыслительные операции (анализ, синтез, сравнение и др.) в действии, работают руки и глаза. Такое мышление типично для дошкольного возраста (собирает и разбирает пирамидку, машинку). «Поле зрения» ребенка совпадает с полем его действий. Это наиболее элементарная форма мышления, возникающая и использующаяся взрослым человеком в практической деятельности. Предметно-действенное мышление является основой формирования более сложных форм мышления.

МЫШЛЕНИЕ РЕАЛИСТИЧЕСКОЕ – мышление, направленное на внешний мир, регулируемое логическими законами.

МЫШЛЕНИЕ РЕПРОДУКТИВНОЕ – 1) вообще – процесс повторного производства чего-либо или результат такого процесса; 2) вид мышления, который выражается в способности воспроизводить способы решения задач после обучения или по образцу.

МЫШЛЕНИЕ САНОГЕННОЕ – основанное на философии обыденной жизни (Ю.М. Орлов).

МЫШЛЕНИЕ СЛОВЕСНО-ЛОГИЧЕСКОЕ (понятийное) – мышление с опорой на понятия, которые отражают сущность предметов и явлений и выражаются в словах, предложениях или других знаках. В этой форме мышления человек использует понятия, суждения и умозаключения, из которых строятся различные рассуждения.

МЫШЛЕНИЕ ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ – вид мышления, направленный в основном на нахождение общих закономерностей. Это мышление ученых, оно меньше связано с практикой. Теоретическое мышление использует преимущественно понятийную и образную формы мышления. Теоретическое образное мышление использует для решения задач не понятия, суждения или умозаключения, а различные образы.

Теоретическое понятийное мышление обращается к понятиям, выполняет действия в уме, непосредственно не имея дела с опытом, получаемым при помощи органов чувств.

МЫШЛЕНИЕ ТВОРЧЕСКОЕ (продуктивное) – вид мышления, связанный с созданием или открытием чего-либо нового. Это способность решать нестандартные задачи, проблемы, находить новые способы мышления (эвристики). Один из первых исследователей творческого мышления (креативности) Дж. Гилфорд выделил четыре его особенности:

1) оригинальность, необычность идей;

2) семантическая гибкость – способность видеть объект под разными углами зрения;

3) образная гибкость – способность изменять восприятие объекта, чтобы увидеть скрытые его стороны;

4) способность использовать разные идеи в неопределенной ситуации.

К особенностям творческого мышления относят и характеристики личности (К. Тейлор, К. Кокс, А.М. Матюшкин и др.), такие как толерантность к неопределенности; готовность к преодолению препятствий; внутреннюю мотивацию; умеренную готовность к риску; стремление к признанию и др.

Творческое мышление формируется в детстве на основе задатков в процессе решения творческих задач.

Н

НАБЛЮДЕНИЕ – метод психологии; заключается в фиксации проявлений поведения и получения суждений о субъективных психических явлениях.

НАВЫК – автоматизированный способ выполнения действия, сформированный в процессе упражнения.

НАВЫКИ – индивидуально приобретенные и закрепленные в упражнениях способы поведения животных.

НАДЕЖНОСТЬ – постоянство, устойчивость результатов, получаемых с его помощью. Надежность указывает на устойчивость теста к искажающему воздействию случайных шумовых факторов, его точность. Проверяется надежность тестов повторным тестированием.

НАДМЕННОСТЬ – высокомерие

НАПРАВЛЕННОСТЬ ЛИЧНОСТИ – совокупность устойчивых мотивов, ориентирующих деятельность личности и относительно независимых от наличной ситуации. Это установки, ставшие свойствами личности и проявляющиеся в таких формах, как влечение, желание, стремление, интерес, склонность, идеал, мировоззрение, убеждение.

НАСТОЙЧИВОСТЬ – умение человека мобилизовать свои возможности для длительной борьбы с трудностями. Нельзя путать с упрямством и негативизмом.

НАСТРОЕНИЕ – устойчивое, слабо выраженное, сравнительно продолжительное, переживание, которое окрашивает поведение и деятельность человека в течение значительного времени. Причины настроения далеко не всегда ясны. Настроение зависит от здоровья человека, его самооценки, уровня притязаний, характера и других личностных свойств.

НАУЧЕНИЕ – формирование нового индивидуального опыта в процессе активного взаимоотношения со средой.

НЕВРОЗ – психическое расстройство, которое возникает в результате нарушения особенно значимых жизненных отношений человека и проявляется в основном психогенно обусловленными эмоциональными и соматовегетативными расстройствами при отсутствии психотических явлений.

НЕГАТИВИЗМ – немотивированная, необоснованная склонность действовать наперекор другим людям, противоречить им, хотя разумные соображения не дают оснований для таких поступков.

НЕЙРОПСИХОЛОГИЯ – отрасль психологической науки, направленная на изучение мозговых механизмов высших психических функций на материале локальных поражений головного мозга.

НЕЙРОТИЗМ – свойства личности, связанные с высокой раздражительностью и возбудимостью

НЕОФРЕЙДИЗМ – одно из направлений психологии, представители которого так или иначе опираются на идеи психоанализа З. Фрейда.

НЕПРОИЗВОЛЬНОЕ ВОСПРИЯТИЕ (непреднамеренное) – восприятие без намерения, постановки цели. Оно выступает как компонент какой-то другой деятельности.

НИЗКОПОКЛОНСТВО – лесть.

НОРМЫ – принципы, предписывающие поведение в той или иной культуре, разделяемые членами данной культуры.

О

ОБОБЩЕНИЕ – мыслительная операция объединения предметов и явлений в группы по их общим и существенным признакам. Например, ощущения, восприятия, память, внимание, мышление, речь, воображение можно объединить в группу «познавательные процессы» по их существенному признаку: все они служат для познания окружающего мира.

ОБОНЯНИЕ – вид чувствительности, порождающий специфические ощущения запаха. Обоняние вызывается действием химических веществ на рецепторные клетки полости носа и носоглотки. Система классификации запахов, известная как «призма Хеннинга» (цветочный, фруктовый, пряный, смолистый, пригорелый, гнилостный) образует углы призмы с промежуточными качествами, расположенными на плоскостях (имеются и другие классификации). В практике часто используют сравнение данного запаха с известным эталоном (сирень, сена и т.д.). Обоняние – одно из самых древних, простых, но жизненно важных ощущений. Оно обеспечивает индивида информацией о наличии в воздухе различных химических веществ и действует на подсознание.

ОБЩЕНИЕ – взаимодействие двух или более людей, включающее обмен между ними информацией познавательного или аффективно-оценочного характера.

ОБЯЗАТЕЛЬНОСТЬ (исполнительность) – качество воли, проявляющееся в точном, неукоснительном и систематическом исполнении принимаемых решений.

ОБУСЛОВЛЕННЫЙ – ограниченный условиями, зависимый, причина чего-либо

ОБЫДЕННЫЙ – однодневный

ОБЪЕКТИВНЫЙ – существующий вне нас как объект, не зависящий от чьей-нибудь воли, непредвзятый, беспристрастный.

ОДАРЕННОСТЬ – качественно своеобразное сочетание способностей, обусловливающее диапазон его интеллектуальных возможностей, уровней и своеобразие его деятельности. Одаренность включает внутренние предпосылки (задатки) и индивидуальные свойства личности (характер, склонности и др.). Она дает возможность способностям развиваться в разных направлениях.

ОНТОГЕНЕЗ (греч. ontos – сущее; genesis – происходящее, рождение) – происхождение и развитие отдельного организма, биологическое развитие организма от момента рождения до окончания жизни.

ОПРОСНИКИ ЛИЧНОСТНЫЕ – разновидность опросников, направленная на измерение различных особенностей личности. Личностные опросники делятся на: а) опросники черт личности; б) опросники типологические; в) опросники мотивов; г) опросники интересов; д) опросники ценностей; е) опросники установок.

ОПТИМАЛЬНЫЙ (от лат. optimum – наилучшее) – наилучший, вполне соответствующий.

ОПТИМИЗМ-ПЕССИМИЗМ – (лат. optimus – наилучший и pessimus – наихудший). Оптимизм характеризует положительную систему взглядов человека о мире, о происходящих и ожидаемых событиях. Эмоциональный тон восприятия жизни и ожидания будущего оптимиста светлый, радостный. Пессимист имеет негативную систему взглядов на жизнь и мир и настроение безысходности.

ОТВЕТСТВЕННОСТЬ – внешний или внутренний контроль над деятельностью, отражающий социальное, морально-правовое отношение к обществу, выражающееся в выполнении принятых нравственных и правовых норм и правил, своего долга.

ОТВРАЩЕНИЕ (отворачивание) – отрицательное эмоциональное переживание, вызываемое объектами (предметами, людьми, обстоятельствами и т.д.), соприкосновение с которыми вступает в резкое противоречие с идеологическими, нравственными или эстетическими принципами и установками субъекта. В эволюции возник-

ло как защита от отравления. Изображая отвращение, человек морщит нос, кривит губы, отталкивает предмет отвращения, имитирует тошноту.

ОЩУЩЕНИЕ – процесс отражения отдельных свойств предметов объективного мира, как внешней среды, так и собственного организма, возникающий при непосредственном воздействии их на рецепторы (органы чувств).

ОЩУЩЕНИЯ БОЛЕВЫЕ – одни ученые полагают, что существуют специализированные болевые рецепторы, находящиеся на всей поверхности кожи. Их количество велико (примерно 100 на 1 кв. см), и располагаются они на глубине 0,1 мм от поверхности кожи. По мнению других, боль возникает в ответ на чрезмерную стимуляцию любого кожного рецептора. Болевые ощущения сигнализируют о возможной физической опасности.

ОЩУЩЕНИЯ ВЕСТИБУЛЯРНЫЕ – основаны на информации, приходящей из полукружных канальцев внутреннего уха. Одна из основных функций системы вестибулярных ощущений – обеспечить устойчивую основу для зрительного наблюдения. За счет существования рефлекторного механизма, который компенсирует каждое движение головы противоположным по направлению движением глаз, перед нами предстает довольно стабильная картина мира (прыгает, не дрожит).

ОЩУЩЕНИЯ ВИБРАЦИОННЫЕ – чувствительность к колебаниям, вызываемым движущимся телом. Вибрационное чувство является промежуточной, переходной формой между тактильной и слуховой чувствительностью. При нормальном слухе она особенно не выступает, но при поражении слухового органа эта ее функция ясно проявляется.

ОЩУЩЕНИЯ ВКУСОВЫЕ – отражение качества пищи, обеспечение индивида информацией о том, можно ли употребить внутрь данное вещество. Вкусовые ощущения (часто вместе с обонянием) вызываются действием химических свойств веществ, растворенных в слюне или воде, на вкусовые рецепторы (вкусовые почки), расположенные на поверхности языка, задней поверхности глотки, небе и надгортаннике. Система классификации вкусов «Тетраэдр Хеннинга»: четыре основных вкуса (сладкий, кислый, соленый, горький) располагаются в углах тетраэдра (четырехугольной пирамиды), а все другие ощущения вкуса имеют различное расположение, представляющее их как комбинацию двух или более основных вкусовых ощущений.

Разные участки языка по-разному чувствительны к разным веществам: к сладкому наиболее чувствителен кончик языка, к кислому – его края, к горькому – область корня языка, к соленому – края языка и середина.

ОЩУЩЕНИЯ ЗРИТЕЛЬНЫЕ – ощущения, стимулом для которых являются электромагнитные излучения с длиной волны примерно от 380 до 780 миллиардных долей метра, а рецепторами – светочувствительные клетки сетчатки глаза.

Зрительные ощущения служат для отражения света, цвета, тьмы. Цвет возникает при воздействии на рецептор глаза волн разной длины из этого диапазона. Ощущаемые цвета делятся на хроматические (например, цвета радуги: красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, синий, фиолетовый) и ахроматические (белый, черный, серый). Цветовой тон содержит около 150 переходов, зависящих от длины действующей на глаз световой волны. Рецептор зрения – специальные клетки сетчатки: палочки и колбочки. Палочки характеризуются высокой чувствительностью к сабой интенсивности света и являются аппаратом ночного (сумеречного) зрения, а колбочки обладают более низкой чувствительностью и представляют собой аппарат дневного зрения.

ОЩУЩЕНИЯ ИНТЕРМОДАЛЬНЫЕ (промежуточные) – ощущения, занимающие промежуточное место между модальностями. Например, вибрационная занимает среднее место между осязанием и зрением. К интермодальным ощущениям относят также ощущения сверхсильных запахов и вкусов, сверхсильных звуков и света. Все эти воздействия вызывают смешанные ощущения, расположенные между обонятельными, слуховыми или зрительными и болевыми ощущениями.

ОЩУЩЕНИЯ ИНТЕРОЦЕПТИВНЫЕ – объединяют сигналы, доходящие до нас из внутренней среды организма, чувствительность к собственным обменным процессам (голод, жажда, удушье и т.п.). Обычно они замыкаются на субсенсорном (неосознаваемом) подкорковом уровне и осознаются лишь в случае существенного нарушения нормального состояния организма, нарушения необходимого постоянства его внутренней среды (гомеостаз). Возникают благодаря рецепторам, находящимся на стенках желудка и кишечника, сердца и кровеносной системы и других внутренних органов. Интероцептивные ощущения относят к числу наименее осознаваемых и наиболее диффузных форм ощущений и всегда сохраняют свою близость к эмоциональным состояниям. Их часто называют органическими.

ОЩУЩЕНИЯ КИНЕСТЕТИЧЕСКИЕ (греч. kinesis – движение, aisthesis – ощущение, чувство) Отражение положения и перемещения в пространстве тела или его частей, направления и объема движений в различных положениях, сопротивления и тяжести предметов окружающей обстановки. Осуществляется через импульсы, поступающие от проприоцепторов, находящихся в мышцах, сухожилиях, связках, суставах. Играет важную роль в сохранении телом равновесия в различных положениях.

ОЩУЩЕНИЯ НЕСПЕЦИФИЧЕСКИЕ – к ним относят, например, фоточувствительность кожи – способность ощущать цветовые оттенки кожей руки или кончиков пальцев. Сюда относят и мало изученное «чувство расстояния», позволяющее слепым определять на расстоянии возникающую преграду. Предполагают, что это связано либо с ощущением тепловых волн кожей лица, либо с отражением звуковых волн от преграды (по типу радара). Однако эти формы чувствительности еще мало изучены.

ОЩУЩЕНИЯ ОБОНЯТЕЛЬНЫЕ – вид чувствительности, порождающий специфические ощущения запаха. Обонятельные ощущения вызываются действием химических веществ на рецепторные клетки полости носа и носоглотки. Система классификации запахов, известная как «Призма Хеннинга» (цветочный, фруктовый, пряный, смолистый, пригорелый, гнилостный), образует углы призмы с промежуточными качествами, расположенными на плоскостях.

ОЩУЩЕНИЯ ОСЯЗАТЕЛЬНЫЕ (или кожные) – включают в себя три различных вида ощущений, имеющих свои анализаторы: тактильные (прикосновения и давления), температурные (тепла и холода) и болевые.

Кожные ощущения вызываются действием механических и термических свойств предмета на поверхность кожи. Возникают они при раздражении рецепторов, расположенных в коже в виде окончаний нервных сплетений или в виде специальных нервных образований – телец Майснера, расположенных на ее поверхности, лишенных волос, и телец Пачини, расположенных в глубоких слоях кожи.

ОЩУЩЕНИЯ ПРОПРИОЦЕПТИВНЫЕ («глубокая чувствительность») – ощущения, передающие информацию о положении тела в пространстве и о положении опорно-двигательного аппарата, обеспечивают регуляцию наших движений. Эти ощущения создают основу движений человека, играя решающую роль в их регуляции. Эта группа ощущений включает ощущение равновесия, или статическое ощу-

щение, а также двигательное или кинестетическое ощущение. Периферические рецепторы этой чувствительности находятся в мышцах и суставах (сухожилиях, связках) и называются тельцами Пачини. Периферические рецепторы ощущения равновесия расположены в полукружных каналах внутреннего уха.

ОЩУЩЕНИЯ ПРОТОПАТИЧЕСКИЕ (греч. protos – первый, первичный, pathos – болезнь, страдание). Филогенетически это более древние ощущения, примитивные и недифференцированные, смешанные с эмоциями и локализованные. Чаще употребляется относительно кожной чувствительности. Сюда относятся органические ощущения (голод, жажда и пр.).

ОЩУЩЕНИЯ СЛУХОВЫЕ – ощущения, стимулом для которых являются звуковые волны различной амплитуды и частоты. Звуковые волны – это продольное колебание частиц воздуха, распространяющееся во все стороны от колеблющегося тела, которое служит источником звука. Все звуки, которые воспринимает человеческое ухо, могут быть разделены на две группы: музыкальные (звуки пения, музыкальных инструментов и др.) и шумы (скрипы, шорохи, стуки и т.п.).

Музыкальные звуки образуются благодаря периодическим ритмическим колебаниям звуковых волн, а шумы – в результате нерегулярных колебаний.

Человеческая речь, как правило, одновременно содержит звуки обеих групп.

Звуки бывают простыми или сложными, состоящими из нескольких тонов. Один из этих тонов является основным, определяющим силу и высоту звука, другой – сопутствующим (обертоном), определяющим своеобразие (тембр) звука.

ОЩУЩЕНИЯ ТАКТИЛЬНЫЕ – дают информацию о том, что соприкасается с телом субъекта. Это ощущение прикосновения и давления. Иногда выделяют ощущение щекотки.

ОЩУЩЕНИЯ ТЕМПЕРАТУРНЫЕ – ощущения тепла или холода. На поверхности кожи холодовых клеток больше (8–23 на 1 кв. см) чем тепловых (0–3 на 1 кв. см), и они находятся ближе к поверхности (на 0,17 мм), чем тепловые (на 0,3 м). Поэтому организм быстрее реагирует на холод, чем на тепло.

ОЩУЩЕНИЯ ЭКСТЕРОЦЕПТИВНЫЕ – *по классификации* Ч. Шеррингтона – ощущения, обеспечивающие получение сигналов из внешнего мира и создающие основу для нашего сознательного поведения. Сюда всходят все 5 модальностей ощущений.

ОЩУЩЕНИЯ ЭПИКРИТИЧЕСКИЕ (греч. epikrisis – суждение, решение) – филогенетически новые ощущения. Они характеризуются более низким порогом раздражения, способностью ощущать легкие прикосновения, точной локализацией внешнего раздражения, более совершенным распознанием качества внешнего раздражителя. К ним относятся все основные виды ощущений человека.

П

ПАМЯТИ НАРУШЕНИЯ – различного рода амнезии (расстройства памяти в виде нарушения способности запоминать, хранить и воспроизводить информацию) и парамезии (обманы памяти, нарушение хронологии, «присвоение» чужих мыслей и действий себе).

ПАМЯТЬ – 1) психический процесс отражения предметов и явлений окружающего мира, которые действовали ранее на органы чувств. В отличие от ощущений и восприятий память отражает лишь то, что было ранее, ощущалось и воспринималось (отдельные свойства и целостные образы предметов и явлений окружающего мира); 2) совокупность процессов запоминания, сохранения, забывания и последующего воспроизведения следов прошлого опыта; 3) в когнитивной психологии под памятью понимается способность живой системы фиксировать факт взаимодействия со средой, сохранять результаты этого взаимодействия в форме опыта и использовать его в поведении; 4) память можно рассматривать и как деятельность, имеющую свои цели, мотивы и способы действий. Эту деятельность называют мнемической (от имени греческой богини памяти и всех муз Мнемозины).

ПАМЯТЬ «ВЕЧНАЯ», или ТРЕТИЧНАЯ, – способность воспроизводить когда-то запечатленную информацию, которая сохраняется на протяжении всей оставшейся жизни.

ПАМЯТЬ ГЕНЕТИЧЕСКАЯ – память, обусловленная генотипом, передаваемая из поколения в поколение. Это память на биологические события, происходившие в течение веков эволюции биологического вида. Память здесь используется в метафорическом смысле для обозначения генетически закодированной склонности к определенным видам поведения и образцам действия, которые являются рудиментами эволюционно важных изменений вида. Страх падения и рефлекторные реакции на падающие предметы являются примерами, отражающими эволюционную адаптивную реакцию, которая

должна быть у любого успешно развивающегося вида приматов с высоким коэффициентом массы тела по отношению к поверхности. Генетическую память часто называют биологической памятью.

ПАМЯТЬ ДОЛГОВРЕМЕННАЯ – память, которая удерживает информацию длительное время. Эта память рассчитана не только на длительное хранение, но и на многократное воспроизведение при условии ее сохранения. Для сохранения в долговременной памяти материал обычно хорошо обработан и интегрирован в общие знания, хранящиеся в памяти человека. Долговременная память не ограничена ни по времени хранения, ни по объему. Долговременная память функционирует в двух видах: с сознательным доступом и закрытая (информацию можно извлечь из памяти только специальными методами, например под гипнозом). Однако в науке такое восстановление еще вызывает сомнения.

ПАМЯТЬ ЗРИТЕЛЬНАЯ – сохранение и воспроизведение зрительных образов. Может быть наиболее выраженной по сравнению с другими видами памяти.

ПАМЯТЬ КРАТКОВРЕМЕННАЯ – память, рассчитанная на хранение информации в течение небольшого промежутка времени, от нескольких до десятков секунд (примерно 20 сек.), до тех пор пока содержащаяся в ней информация не будет использована или переведена в долговременную память. Сюда поступает информация, которая получила минимальную обработку или интерпретацию и поэтому ограничена в объеме, она способна вмещать около семи «единиц» (хотя, если интерпретация материала была достаточно полной, эти единицы могут содержать много информации –7+ 2 единицы). Если информация большего объема, то мозг почти бессознательно группирует ее в блоки и сохраняет их не более 9. При чрезмерно большом объеме информации некоторая ее часть не попадает в долговременную. Считается, что материал удерживается в кратковременной памяти посредством повторения, и, если такое повторение будет прервано, материал имеет период полураспада, возможно не более 10 или 15 секунд.

ПАМЯТЬ ЛОГИЧЕСКАЯ – запоминание основанное на понимании внутренних логических связей между отдельными частями материала. Исследования видного отечественного психолога А.А. Смирнова показали, что логическая память во много раз продуктивнее механической.

ПАМЯТЬ МГНОВЕННАЯ (ИКОНИЧЕСКАЯ) – удержание точной и полной картины только что воспринятого органами чувств, без какой бы то ни было переработки полученной информации. Ее длитель-

ность от 0,1 до 0,5 секунды. За это время мозг решает, нужна ли эта информация и передавать ли ее в кратковременную. Эту память еще называют сенсорной, следовой.

ПАМЯТЬ МЕХАНИЧЕСКАЯ – запоминание без осознания логической связи между различными частями воспринимаемого материала. Оно происходит исключительно благодаря повторению лишенному осознания смысла материала или других операций, подобно организации, логическому выводу или использованию мнемоники и т.д.

ПАМЯТЬ МОТОРНАЯ (двигательная) – запоминание, сохранение и при необходимости воспроизведение различных движений, их координации и последовательности с достаточной точностью. Моторная память в значительной мере является автоматизированной. Эта память особенно необходима танцорам, спортсменам, хирургам, а также всем людям в процессе обучения движениям.

ПАМЯТЬ НЕПОСРЕДСТВЕННАЯ (натуральная) – память без использования средств. Свойственна и человеку, и животным. Развитую форму этого вида памяти называют ***эйдетической.***

ПАМЯТЬ НЕПРОИЗВОЛЬНАЯ – запоминание и сохранение, которое происходит автоматически и без особых усилий со стороны человека, без постановки им перед собой специальной мнемической задачи (на запоминание, узнавание, сохранение или воспроизведение). Запоминаемый материал фиксируется в памяти вне участия произвольного внимания.

ПАМЯТЬ ОБРАЗНАЯ – память на различные сенсорно-перцептивные образы (зрительные, слуховые, тактильные, вкусовые, обонятельные).

ПАМЯТИ ОБЪЕМ – важнейшая интегральная характеристика памяти, которая характеризует возможности запоминания и сохранения информации. Объем памяти – число единиц, немедленно воспроизводимых после предъявления.

ПАМЯТЬ ОПЕРАТИВНАЯ – вид памяти, рассчитанный на сохранение информации в течение определенного времени, необходимого для выполнения некоторого действия или операции. Это своего рода «рабочая смесь» долговременной и кратковременной памяти. Оперативная память удерживает информацию до окончания действия, длительность которого может быть различной.

ПАМЯТЬ ОПОСРЕДОВАННАЯ – память с использованием средств (слов, знаков, движений, предметов и т.д.). Изучалась в отечественной психологии Л.С. Выготским, А.Р. Лурия, А.Н. Леонтьевым.

ПАМЯТЬ СЛОВЕСНО-ЛОГИЧЕСКАЯ – запоминание и воспроизведение мыслей. Оно построено на причинно-следственной связи между запоминаемыми элементами.

ПАМЯТЬ СЛУХОВАЯ – запоминание и точное воспроизведение разнообразных слуховых образов (звуков, музыки, шумов, и т.п.).

ПАМЯТЬ ФЕНОМЕНАЛЬНАЯ – способность к воспроизведению огромного (может быть, неограниченного) объема информации. Существуют легенды об уникальных возможностях памяти Юлия Цезаря, Наполеона, Моцарта, Гаусса, шахматиста Алехина и т.д. Выдающимися мнемическими способностями обладал С.Д. Шершевский, о котором написал А.Р. Лурия в книге «Маленькая книжка о большой памяти». У него отсутствовали ограничения в объеме запоминания и во времени хранения. Например, он с первого предъявления запомнил длинную строфу «Божественной комедии» Данте на незнакомом ему итальянском языке, которую легко повторил при неожиданной проверке... через 15 лет.

ПАМЯТЬ ЭЙДЕТИЧЕСКАЯ (греч. eidos – вид, образ) — способность удерживать образы виденных предметов достаточно длительное время исключительно ярко и четко. Эйдетики продолжают «видеть» » представление визуального стимула некоторое время после того, как он удален. Эйдетизм чаще наблюдается у детей и подростков, чем у взрослых (1 из 100 – у детей, 1 из 1000 и даже из 1 000 000 000 – у взрослых). Нередко встречается у художников и у примитивных народов.

ПАМЯТЬ ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ – память на переживания, эмоции и чувства.

ПАНИКА – мотивационное психическое состояние, связанное с проявлениями массового страха перед реальной или воображаемой угрозой, состояние периодического испуга, ужаса, нарастающего в процессе взаимного заражения ими.

ПАРАПСИХОЛОГИЯ (психотроника) (греч. para – возле, около) – обозначение гипотез и представлений, относящихся к психическим явлениям, объяснение которых не имеет строгого научного обоснования и к которым относят прежде всего так называемые экстрасенсорные восприятия, то есть прием информации человеком, не связанный с функционированием известных науке органов чувств (телепатия, ясновидение и пр.).

ПАТОПСИХОЛОГИЯ – отрасль психологии, изучающая отклонения в развитии психики при различных заболеваниях.

ПАТТЕРН (англ. pattern) – 1) модель или образец; 2) структура).

ПЕРЕКЛЮЧАЕМОСТЬ ВНИМАНИЯ – сознательное и осмысленное перемещение внимания с одного объекта (действия) на другой объект (действие). Переключение может быть обусловлено требованиями деятельности, либо необходимостью включения в новую деятельность, либо в целях отдыха.

ПЕРЕНОС – влияние ранее приобретенного индивидуального опыта на его последующее формирование.

ПЕРЕНОС НАВЫКА – облегчение приобретения нового сходного навыка за счет выработанного ранее навыка.

ПЕРСОНАЛИЗАЦИЯ – процесс превращения человека в личность, приобретение им индивидуальности.

ПЕРСОНАЛЬНЫЙ – личностный.

ПЕРЦЕПТИВНАЯ СИСТЕМА – совокупность анализаторов, обеспечивающий данный акт восприятия.

ПЕРЦЕПТИВНЫЕ ДЕЙСТВИЯ – основные структурные единицы процесса восприятия, включающие обнаружение объекта восприятия и соотнесение его с образами памяти. Первоначально выделяется лишь общее и диффузное представление о предмете, которое потом сменяется более определенным и детальным восприятием. Опознание предмета, как правило, происходит на основе выделения обобщенных, иногда социально фиксированных систем признаков, в силу чего оно осуществляется за более короткое время (порядка долей секунды), чем процессы первоначального перцептивного научения, на которые уходят месяцы и годы (например, формирование навыков чтения).

ПЕРЦЕПТИВНЫЙ – относящийся к восприятию.

ПЕЧАЛЬ (ГОРЕ, СТРАДАНИЕ) – эмоциональный сигнал невозможности удовлетворить жизненно важные потребности. Печаль сигнализирует о желании восстановить связь с миром, людьми и в этом смысле способствует личностному росту. Проявляется в прикованности мысли к объекту печали, слезах (при сильной печали слез может не быть), горечи во рту. Печаль замедляет темп жизни, дает возможность оглянуться, увидеть перспективу и в этом смысле является адекватным состоянием.

ПОНИМАНИЕ – (в общепринятом смысле) своеобразный результат мыслительной деятельности. Чаще всего понимание выражается в раскрытии причин возникновения явления, а также в нахождении следствий, к которым оно ведет.

ПОНЯТИЕ – форма мышления, в которой отражаются общие и существенные свойства ряда однородных предметов или явлений. По-

нятие выражается в значении слова и не является наглядным. В них люди фиксируют результаты опыта и познания. Понятия (житейские и научные) усваиваются в процессе жизни, в процессах обучения и воспитания. Например: ложка, психика и др.

ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНЫЙ ОБРАЗ – ощущения не исчезают сразу после прекращения действия раздражителя. От раздражителя остается *след – последовательный образ.*

ПОСТУПОК – действие, совершение которого связано со сменой состояния, а также условий и характера деятельности

ПОТРЕБНОСТЬ – основной источник активности человека и животных; внутреннее состояние нужды, выражающее их зависимость от конкретных условий существования.

ПОТРЕБНОСТЬ В САМОАКТУАЛИЗАЦИИ (А. Маслоу) – врожденные потребности, определяющие рост и развитие личности.

ПРЕДСОЗНАНИЕ – психоаналитический термин, относящийся к знаниям, эмоциям, образам и т.д., которые не представлены в сознании в данный момент, но которые легко доступны.

ПРЕДСТАВЛЕНИЕ – наглядный образ предмета представления, возникший на основе припоминания или же продуктивного воображения на основе имевших место ощущений и восприятия. Различают *представления памяти и воображения.*

ПРЕЗРЕНИЕ – отрицательная эмоция, возникающая в межличностных отношениях и порождаемая рассогласованием жизненных позиций, взглядов и поведения с жизненными позициями, взглядами и поведением объекта переживаний. Презрение – это отвержение другого человека, в эволюции – вытеснение с территории. Выражается в иронии, насмешках, отталкивающих жестах.

ПРЕСЫЩЕНИЕ – переживание человеком отвращения к выполняемой работе, которое состоит в том, что в результате длительного выполнения какой-либо однообразной деятельности у человека наступает просто нежелание ее выполнять, а затем при ее дальнейшем выполнении резко отрицательное к ней отношение (вплоть до аффекта) и настойчивое стремление ее прекратить. Это состояние не связано с утомлением.

ПРИВЫЧКА – *действие или элемент поведения*, выполнение которых стало потребностью.

ПРОАКТИВНОЕ ТОРМОЖЕНИЕ (ИНТЕРФЕРЕНЦИЯ) – забывание новой информации под влиянием старой (ранее заученной). Если вам меняют номер телефона, то старый номер мешает вам запомнить новый.

ПРОЕКТИВНЫЙ МЕТОД – один из методов исследования личности. Основан на выявлении проекций особенностей личности испытуемого в данных эксперимента с последующей интерпретацией. Метод обеспечивается совокупностью проективных методик (проективных тестов), среди которых различают: а) ассоциативные (например, тест Роршаха, тест незаконченных предложений и др.); б) интерпретационные (например, тематический апперцептивный тест (ТАТ), в котором требуется истолковать социальные ситуации, изображенные на картинках; в) экспрессивные (психодрама, рисунок человека, несуществующего животного и др.).

ПРОПРИУМ (лат. proprium – собственно, «я сам»). Сходно с понятием «Я» в гуманистической психологии. Проприум включает высшие цели, смыслы, моральные установки человека.

ПСИХИКА – 1) свойство высоко организованной материи (мозга) субъективно отражать объективно и независимо от сознания существующую действительность, обеспечивающее целесообразность поведения и деятельности живого организма; 2) (по М.Г. Ярошевскому) высшая форма взаимосвязи живых существ с предметным миром, выраженная в их способности реализовывать свои побуждения и действовать на основе информации о нем. На уровне человека психика приобретает качественно новый характер в силу того, что его биологическая природа преобразуется социокультурными факторами, благодаря которым возникает внутренний план жизнедеятельности – сознание, а индивид становится личностью; 3)(по А.В. Петровскому) система неотторжимых от живого существа процессов и состояний взаимоперехода объективных и субъективных атрибутов его бытия.

ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ – целостная реакция личности на внешние и внутренние стимулы, направленная на достижение полезного результата деятельности или адаптационного процесса.

ПСИХИЧЕСКОЕ ВЫГОРАНИЕ – синдром, включающий в себя эмоциональное истощение, деперсонализацию и редукцию профессиональной деятельности

ПСИХОАНАЛИЗ – направление в психологии, возникшее в начале XX в., согласно которому основная роль в поведении человека принадлежит бессознательным влечениям и инстинктам. Недооценивается ведущая роль сознания. Основоположник – австрийский психиатр З. Фрейд.

ПСИХОГЕНЕТИКА – область исследований, изучающая наследственный характер некоторых психических и поведенческих явлений, их зависимость от генотипа.

ПСИХОКОРРЕКЦИЯ – восстановление психических функций, а также устранение или компенсация психических аномалий развития с помощью восстановительного обучения.

ПСИХОЛИНГВИСТИКА – научное направление, которое изучает природу и функционирование языка и речи, используя данные и подходы двух наук – психологии и лингвистики.

ПСИХОЛОГИЯ (греч. psyche – душа, logos– учение) – наука о закономерностях развития и функционирования психики как формы жизнедеятельности человека и животных

ПСИХОЛОГИЯ АВИАЦИОННАЯ – отрасль психологии, изучающая психологические закономерности трудовой деятельности авиационных специалистов. Предмет авиационной психологии – психика человека, управляющего сложными авиационными системами. Ее объект – деятельность индивида и коллектива, ее содержание, условия, организация. Субъект авиационной психологии – летный и инженерно-технический состав, авиационные диспетчеры.

ПСИХОЛОГИЯ ВОЗРАСТНАЯ – отрасль психологии, изучающая психологические особенности людей различных возрастов. Возрастная психология включает: психологию детского, подросткового, юношеского возрастов, психологию зрелого возраста, геронтологию.

ПСИХОЛОГИЯ ГЕНЕТИЧЕСКАЯ – психологическое направление, изучающее развитие мышления. Поведение объясняется развитостью мышления, которое развивается с детства стадийно (Ж. Пиаже).

ПСИХОГЕНЕТИКА – область исследований, изучающая наследственный характер некоторых психических и поведенческих явлений, их зависимость от генотипа.

ПСИХОДИАГНОСТИКА (греч. psyche – душа, diagnostikos – способный распознавать) – область психологии, разрабатывающая методы выявления и измерения индивидуально-психологических особенностей личности. Психодиагностика связана с количественной оценкой и точным качественным анализом психологических свойств и состояний человека при помощи научно проверенных методов, дающих достоверную информацию о них. Это одна, традиционная, точка зрения на предмет психодиагностики. Другая, развиваемая А.Ф. Ануфриевым, состоит в том, что практическая психодиагностика – это наука о постановке психологического диагноза, включающая ряд компонентов (см. Ануфриев А.Ф.). Как вид деятельности практического психолога психодиагностика включает диагноз, прогноз, коррекцию и профилактику.

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ – оказание помощи в определении, уточнении и решении проблем клиента. Консультирование изначально ориентировано на психически здоровых людей, способных взять на себя ответственность за свои поступки.

ПСИХОЛОГИЯ ВОЕННАЯ – прикладная отрасль психологии, которая изучает закономерности и механизмы функционирования психики человека, обусловленные его включенностью в воинскую деятельность (учебно-боевую, боевую).

ПСИХОЛОГИЯ ВОЗРАСТНАЯ – отрасль психологии, изучающая психологические особенности людей различных возрастов. Возрастная психология включает: психологию детского, подросткового, юношеского возрастов, психологию зрелого возраста, геронтологию.

ПСИХОЛОГИЯ ДИФФЕРЕНЦИАЛЬНАЯ – изучает индивидуально-психологические различия между людьми.

ПСИХОЛОГИЯ ИСКУССТВА – отрасль психологии, предметом которой являются свойства и состояния личности или группы лиц, обусловливающие создание и восприятие художественных ценностей, а также влияние этих ценностей на жизнедеятельность отдельной личности и общества в целом (включает сценическое искусство и др.).

ПСИХОЛОГИЯ ИНЖЕНЕРНАЯ – отрасль психологии, изучающая психологические особенности труда человека при взаимодействии его с техническими средствами в процессе деятельности; разрабатывает требования к конструкции машин и приборов с учетом человеческого фактора.

ПСИХОЛОГИЯ КЛИНИЧЕСКАЯ (греч. klinike – врачевание, уход за лежачим больным) – область психологии, изучающая психические факторы происхождения и течения болезней, влияние болезней на личность, психологические аспекты целебных воздействий. Клиническая психология включает: патопсихологию, нейропсихологию, соматопсихологию, психологию здоровья, психотерапию.

ПСИХОЛОГИЯ КОМПЬЮТЕРИЗАЦИИ – отрасль психологии, изучающая порождение, функционирование и структуру психики в процессе деятельности индивидов и групп, связанной с созданием и использованием компьютеров, включая их математическое и программное обеспечение.

ПСИХОЛОГИЯ КОНСУЛЬТАТИВНАЯ – отрасль психологии, изучающая деятельность психолога-консультанта.

ПСИХОЛОГИЯ КОСМИЧЕСКАЯ (греч. kosmos – строй, порядок, Вселенная) – отрасль психологии, изучающая психологические особен-

ности труда космонавта и зависимость этой деятельности от разных факторов.

ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ – целостная система знаний, охватывающая сферу изучения проявлений личности и раскрывающая связь психологии личности с другими областями человекознания.

ПСИХОЛОГИЯ НАУКИ – отрасль, изучающая психологические факторы научной деятельности с целью повышения ее эффективности.

ПСИХОЛОГИЯ ОБЩАЯ – изучает сущность и общие закономерности возникновения, функционирования и развития психики. Общая психология развивается на основе достижений всех отраслей и в то же время обогащает и направляет их общей теорией. В основе ее лежит психология человека.

ПСИХОЛОГИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ – отрасль психологии, изучающая закономерности обучения и воспитания.

ПСИХОЛОГИЯ ПОЛИТИЧЕСКАЯ – отрасль психологии, изучающая психологические компоненты политической жизни и деятельности людей, их настроения, мнения, чувства, ценностные ориентации и пр. Проявляется политическая психология в политическом сознании наций, классов, социальных групп, правительств, индивидов и реализуется в конкретных политических действиях.

ПСИХОЛОГИЯ ПРАКТИЧЕСКАЯ – область психологии, решающая на научной основе задачи, возникающие в реальной жизни и деятельности людей и коллективов.

ПСИХОЛОГИЯ ПРИКЛАДНАЯ – общий термин для обозначения всех отраслей психологии, которые стремятся применить принципы, открытия и теории психологии на практике в смежных областях (образование, промышленность, общественные явления, спорт и пр.).

ПСИХОЛОГИЯ РАЗВИТИЯ – отрасль психологии, изучающая изменения, происходящие со временем в строении тела, психике и поведении человека в результате биологических процессов в организме и воздействий окружающей среды.

ПСИХОЛОГИЯ СОЦИАЛЬНАЯ – наука, изучающая закономерности поведения и деятельности людей, обусловленные фактом их включения в социальные группы, а также психологические характеристики самих этих групп.

ПСИХОЛОГИЯ СПОРТА – изучает закономерности психической деятельности людей в условиях тренировок и соревнований.

ПСИХОЛОГИЯ СРАВНИТЕЛЬНАЯ – отрасль психологии, изучающая закономерности происхождения и развития психики животных и становление человеческого сознания.

ПСИХОЛОГИЯ ТРУДА – наука, изучающая психологические закономерности формирования трудовой деятельности и отношения человека к труду. Психология труда решает задачи совершенствования производственных отношений, повышения качества труда, улучшение условий жизни, устранение аварийных ситуаций, демократизации и формирования психологического типа работника, соответствующего культуре труда.

ПСИХОЛОГИИ ПРЕДМЕТ – 1) психика – свойство высокоорганизованной материи (мозга) отражать объективную действительность и на основе формируемого при этом психического образа целесообразно регулировать деятельность субъекта и его поведение; 2) закономерности, тенденции, особенности развития и функционирования психики человека; 3) факты, закономерности и механизмы психики; 4) структура субъекта психической деятельности и процессы его взаимоотношений с реальностью; 4) структура субъекта и процессы его взаимоотношений с миром.

ПСИХОТЕРАПИЯ – процесс лечебного воздействия врача (психолога) психологическими методами на психику отдельного больного или группы больных. По В.Н. Мясищеву основная задача психотерапии заключается в изменении личности больного на основе осознания причин и характера развития болезни и перестройки отношения больного к патогенным (порождающим заболевание) факторам заболевания.

ПСИХОЛОГИЯ УПРАВЛЕНИЯ – отрасль психологии, в которой изучаются психологические аспекты управления человеком различными объектами: организациями, людьми, экономическими и техническими системами.

ПСИХОЛОГИЯ ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ– область психологии, изучающая взаимоотношения человека и окружающей среды (пространственно-географической, социальной, культурной).

ПСИХОЛОГИЯ ЭКОНОМИЧЕСКАЯ – отрасль психологии, предметом которой является отражение хозяйственных отношений в сознании и поведении человека. Это психология хозяйствующего субъекта (один человек, семья, организация, государство или нация). Проблемы экономической психологии касаются, прежде всего, рынка, бизнеса, отношений «общество–гражданин».

ПСИХОЛОГИЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ – отрасль психологии, изучающая закономерности и механизмы психической деятельности людей в сфере регулируемых правом отношений.

ПСИХОПАТИЯ – аномалия характера, которая определяет психический облик, откладывая отпечаток на весь душевный склад, в течение жизни не подвергается сколько-нибудь резким изменениям и мешает приспосабливаться к социальной среде

ПСИХОСЕМИОТИКА – наука, изучающая процесс создания и использования знаков человеком.

ПСИХОТИЗМ – свойства личности, отражающие безразличие, равнодушие к другим людям, неприятие социальных нормативов

ПСИХОТИЧЕСКИЙ – имеющий отношение к психотическому расстройству. Часто употребляется в составных терминах для того, чтобы охарактеризовать расстройство, симптомы которого характерны или очень сходны с психозом, например психотическая депрессия.

ПСИХОФИЗИКА – область исследования, рассматривающая вопросы, касающиеся связи психических и физических процессов и явлений.

ПСИХОФИЗИОЛОГИЯ – область междисциплинарных исследований на стыке нейрофизиологии, направленных на изучение психики в единстве с ее нейрофизиологическим субстратом.

ПЫТЛИВОСТЬ (любознательность) мысли – потребность всегда искать наилучшее решение.

Р

РАДОСТЬ – положительное эмоциональное переживание, связанное с возможностью достаточно полно удовлетворить актуальную потребность. Она служит для устранения отрицательных воздействий эмоций, установления контактов с людьми, сохранения в памяти полезных мыслей и действий. Радость выражается улыбкой и смехом.

РАЗВИТИЕ – закономерное, направленное качественное изменение материальных и идеальных объектов. Одновременное наличие этих свойств отличает развитие от других изменений. В психологии развитие – это необратимые изменения в психике человека (качественные и количественные, прогрессивные и регрессивные). Современная наука исследует сложноорганизованные саморазвивающиеся объекты – системы, во многих ее областях разрабатываются специально научные теории развития.

РАЗДРАЖИМОСТЬ – 1) в широком смысле – свойственная всей живой материи способность изменять физиологическое состояние под

влиянием факторов внешних раздражителей; 2) способность организмов реагировать на биологически значимые раздражители.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ВНИМАНИЯ – способность рассредоточить внимание на значительном пространстве или параллельно выполнять несколько различных действий (слушать, писать, думать, наблюдать и т.п.). Высокий уровень распределения внимания – одно из обязательных условий успешности многих видов современного труда. Возможность распределения внимания зависит от сложности совмещаемых деятельностей, их видов (например, моторной и умственной). Основным условием успешности распределения внимания является автоматизация по крайней мере одного из одновременно осуществляемых видов деятельности.

РАССЕЯННОСТЬ – психическое состояние, которое характеризуется отклонением внимания и тем самым нарушениями в умственной ориентировке. Нарушение способности сосредотачивать внимание на избранном объекте на длительное время, при этом страдает концентрация внимания, его устойчивость, перераспределение. Характерна для невротических состояний и утомления. Под рассеянностью понимают разные слабости внимания (общее ослабление внимания, при котором человек не может ни на чем сосредоточиться; чрезмерная подвижность внимания; слишком большая сосредоточенность на чем-то, которая сочетается с

РАССЕЯННОСТЬ МНИМАЯ – результат чрезмерного углубления в работу, когда человек ничего не замечает вокруг себя.

РАССЕЯННОСТЬ ПОДЛИННАЯ – человек не в состоянии ни на чем долго сосредоточиться, когда он постоянно переходит от одного объекта или явления к другому, ни на чем не задерживаясь.

РАССУЖДЕНИЕ – ряд суждений, направленных на установление выводов (следствий) из известных положений (посылок). Рассуждения могут быть двух видов: индуктивные и дедуктивные.

РАССУЖДЕНИЕ ДЕДУКТИВНОЕ – распространение общего положения на частные случаи.

РАССУЖДЕНИЕ ИНДУКТИВНОЕ – такое рассуждение, при котором, на основе ряда частных суждений (посылок) можно получить общее суждение (вывод).

РАТИКУЛЯРНАЯ ФОРМАЦИЯ – скопление нервных клеток, расположенное в стволовой части мозга и представляющее собой как бы след нервных путей, соединяющих рецепторы органов чувств с участками коры мозга. Благодаря ратикулярной формации человек способен настораживаться, реагировать на незначительные измене-

ния в окружающей среде. Она же обеспечивает возникновение ориентировочного рефлекса.

РАЦИОНАЛЬНЫЙ - имеющий отношение к разумности, обоснованности процесса рассуждения, не нарушающий правил логики.

РЕДУКЦИЯ – переход, сведение сложного к простому; уменьшение, ослабление чего-либо.

РЕЗЮМЕ - краткий итог доклада, сообщения.

РЕЛАКСАЦИЯ – состояние успокоения, расслабления, восстановления. Релаксация может протекать непроизвольно, то есть организм сам восстанавливает силы, но может, и произвольно вызванной с помощью тренинга, лекарств, гипноза и пр.

РЕМИНИСЦЕНЦИЯ – отсроченное воспроизведение ранее воспринятого, казавшегося забытым.

РЕТРО - составная часть слова, обозначающая «позади во времени или в пространстве».

РЕТРОАКТИВНОЕ ТОРМОЖЕНИЕ (ИНТЕРФЕРЕНЦИЯ) - забывание старой информации из-за поступающей новой. Например, запоминание учителем фамилий новых учеников мешает вспомнить фамилии старых.

РЕФЛЕКС - ответный акт организма, детерминированный воздействием факторов внешней и внутренней среды на соответствующие рецепторы.

РЕФЛЕКС БЕЗУСЛОВНЫЙ - врожденное, инстинктивное реагирование на стимул.

РЕФЛЕКС УСЛОВНЫЙ - временная связь, вырабатываемая путем сочетания условного и безусловного раздражителей.

РЕФЛЕКС (лат. reflexus – отражение) – специальные чувствительные нервные образования, воспринимающие раздражения из внешней или внутренней среды и перерабатывающие их в нервные сигналы.

РЕФЛЕКСИЯ (лат. reflexio – отражение)– обращенность познания человека на самого себя, на свой внутренний мир, психические качества и состояния.

РЕЦЕПТОРЫ (от лат. recipere – получать, принимать) – специальные чувственные образования, воспринимающие и преобразующие раздражения из внешней или внутренней среды и передающие информацию о действующем раздражителе в нервную систему. Рецепторы делят на внешние (экстероцепторы), внутренние (интероцепторы) и на рецепторы, воспринимающие положение тела в пространстве, напряжение связок, мышц (проприоцепторы).

РЕЧЬ – 1) исторически сложившаяся форма общения людей с помощью звуковых и зрительных знаков, благодаря чему возникла возможность передавать информацию не только непосредственно от человека к человеку, но и на гигантские расстояния, а также получать ее из прошлого и передавать в будущее; 2) специфически человеческий способ формирования и формулирования мыслей с помощью языковых средств; 3) процесс общения людей посредством языка; 4) система используемых человеком звуковых сигналов, письменных знаков и символов для представления, переработки, хранения и передачи информации; 5) совокупность произносимых или воспринимаемых звуков, имеющих тот же смысл и то же значение, что и соответствующая им система письменных знаков; 6) процесс общения людей посредством языка, часто рассматривается как особый вид деятельности; 7) процесс пользования естественным языком.

РЕЧЬ ВНЕШНЯЯ – речь, связанная с процессом общения, обмена информацией. Это устная и письменная речь.

РЕЧЬ ВНУТРЕННЯЯ – особый вид человеческой речевой деятельности, непосредственно связанный с бессознательными, автоматически протекающими процессами перевода мысли в слово и обратно. Это речь, прежде всего связанная с обеспечением процесса мышления. Внутренняя речь – процесс преобразования мыслей до оформления их в устной и письменной форме. Эта речь сильно сокращена, отрывочна, в ней опускается большинство второстепенных членов предложения

РЕЧЬ ДИАЛОГИЧЕСКАЯ – речь двух или нескольких собеседников, которые меняются ролями, то есть переменно бывают относительно активными или пассивными собеседниками. Эта речь недостаточно организована грамматически и синтаксически, поскольку осуществляется при помощи простых языковых конструкций, которые обусловлены контекстом, предыдущими высказываниями.

РЕЧЬ ЖЕСТОВАЯ – способ общения людей, лишенных слуха, при помощи системы жестов.

РЕЧЬ МОНОЛОГИЧЕСКАЯ – речь, произносимая одним человеком, в то время как слушатели только воспринимают речь говорящего, но прямо в ней не участвуют(доклад, лекция, выступление на собрании и т. п.). Эта речь более развернута и организованна (обычно заранее спланирована), в ней мало используется внеязыковая информация, которая возникает в разговорной ситуации.

РЕЧЬ ПИСЬМЕННАЯ – вербальное (словесное) общение при помощи письменных текстов. Это разновидность монологической речи.

Письменная речь осуществляется без непосредственного контакта с собеседником, из ее содержания исключаются интонации, мимика и жесты и т.д., а потому и содержание и свое отношение к нему нужно выражать на бумаге в словесной форме в развернутом виде. Отсюда эта речь всегда более сложная по сравнению с устной.

РЕЧЬ СЕНСОРНАЯ – понимание смысла речи на основе сенсорной информации.

РЕЧЬ УСТНАЯ – звуковая речь, которая воспринимается другими на слух.

РЕЧЬ ЭКСПРЕССИВНАЯ – эмоционально окрашенная речь.

РЕЧЬ ЭГОЦЕНТРИЧЕСКАЯ – речевая деятельность, сопровождающая игру ребенка-дошкольника и обращенная к самому себе. Представляет собой промежуточное звено в переходе от внешней речи к внутренней. Иногда при ослабленном самоконтроле этот феномен свойствен и взрослым, особенно пожилым людям.

РЕШИТЕЛЬНОСТЬ – отсутствие излишних колебаний и сомнений при борьбе мотивов, в своевременном и быстром принятии решений. Примером противоположного качества – нерешительности является ситуация «Буриданова осла», который, не решаясь съесть одну из равных охапак сена, так и умер с голоду.

РОЛЬ (*от фр. role*) – совокупность прав и обязанностей, соответствующих позиции человека в обществе, в системе межличностных отношений.

С

САДИЗМ – получение удовольствия от причинения боли и страдания другим. Этот термин происходит от довольно определенной сексуальной ориентации известного романиста и революционера Альфреда Франсиса, маркиза де Сада.

САНКЦИИ – меры против нарушения, наказание.

САМОКОНТРОЛЬ – совокупность свойств саморегуляции, связанная с осознанием личностью самой себя. Этот блок надстраивается над всеми остальными блоками и осуществляет над ними контроль: усиление или ослабление деятельности, коррекцию действий и поступков, предвосхищение и планирование деятельности и т.д.

САМООЦЕНКА – оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей.

САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ – способность осознанно принимать решения и умение не поддаваться влиянию различных факторов, препятствующих достижению поставленной цели, способность критически оценивать советы и предложения других людей, действовать на основе своих взглядов и убеждений и при этом вносить в свои действия коррективы, сформированные на основе полученных советов.

САНГВИНИК – тип темперамента, характеризующийся высокой психической активностью, энергичностью, высокой пластичностью, которая проявляется в неустойчивости чувств, настроений и интересов. Его тормозные и реактивные процессы уравновешены.

СДВИГ МОТИВА НА ЦЕЛЬ – превращение мотива деятельности в мотив. Например, ребенок может сначала выполнять учебную деятельность ради поощрения матери, а затем, при появлении интереса и удовлетворения от нее, ради ее самой.

СЕЛЕКЦИЯ – отбор улучшенных видов, сортов и т.д.

СЕМАНТИКА – значение единиц языка (слова, предложения, текста).

СЕМИОТИКА – наука, исследующая свойства знаков и знаковых систем, замещающих реальные объекты в процессе познания.

СЕНЗИТИВНЫЕ ПЕРИОДЫ РАЗВИТИЯ (лат. sensus – чувство, ощущение) – периоды онтогенетического развития, в которые развивающийся организм бывает особенно чувствителен к определенного рода влияниям окружающей действительности. Сензитивные периоды – это периоды оптимальных сроков развития определенных сторон психики – процессов и свойств. Эти периоды не следует смешивать с критическими (переломными) периодами развития.

СЕНСИБИЛИЗАЦИЯ – повышение чувствительности в результате взаимодействия анализаторов или упражнения. Например, увеличение остроты зрения под влиянием слабых или обонятельных раздражителей. Известны значительные повышения чувствительности за счет характера деятельности (скрипачи обладают высокой чувствительностью к звукам, текстильщики научаются различать более 60 оттенков черного цвета) и т. д.

СЕРИАЦИЯ – объединение объектов в ряд в последовательном порядке.

СИМПАТИЯ (греч. sympatheia – влечение, внутреннее расположение) – устойчивое положительное (одобрительное, хорошее) отношение к кому-нибудь или к чему-нибудь (другим людям, их группам, социальным явлениям), проявляющееся в приветливости, доброже-

лательности, восхищении, побуждающее к общению, оказанию внимания, помощи. Противоположное состояние – антипатия.

СИМПТОМ (греч. symptoma – совпадение, признак) – клинические проявления болезни, индикатор заболевания, признак болезни.

СИНДРОМ (греч. syndrome – стечение) – система взаимосвязанных симптомов болезни. Это ряд характеристик, черт, событий или моделей поведения, которые воспринимаются как возникающие вместе друг с другом или, как предполагается, являются скоординированными или взаимосвязанными некоторым образом.

СИНЕКТИКА – технология совместного решения задач, проблем (У. Гордон). Начало синектике положил мозговой штурм. Синектика – это метод диалога (сократовская маевка).

Здесь используются определенные принципы:

1) свободный обмен мнениями (все равноправны);

2) возбуждение самосознания посредством целевых вопросов;

3) шутка как способ активизации мышления.

Процесс совместного решения обычно проходит четыре этапа:

1) подумайте, как решить задачу, похожую на эту;

2) попробуйте войти в образ объекта, рассуждайте с его точки зрения;

3) дайте в двух словах определение сути задачи;

4) подумайте, как решил бы эту задачу сказочный волшебник.

СИНЕСТЕЗИЯ (греч. syn – с, совместно, aesthesis – чувство, ощущение, (соощущение) – возникновение под влиянием раздражения одного анализатора ощущений, характерных для других анализаторов. Качества ощущений одного вида переносится на другой. Встречаются в норме («цветовой слух») у многих людей, и особенно у музыкантов (например, у Скрябина), например, низкочастотные звуки дают ощущение мягкости или обилия, в то время как высокочастотные звуки воспринимаются как хрупкие и острые, синий цвет воспринимается как холодный, в то время как красный – как теплый. В психической патологии, например, синестезические функциональные и рефлекторные галлюцинации.

СИНТЕЗ – мыслительная операция объединения частей или свойств предмета в единое целое. Например, когда мы говорим «яблоко», то это слово объединяет все его признаки: фрукт, круглый, определенного цвета, запаха, вкуса и пр.

СИНТОНИЯ (греч. syntonia – согласованность) – хорошая приспособляемость к окружающей среде, гармония с ней.

СКЛОННОСТЬ – направленность индивида на определенную деятельность, соответствующую интересу и включающую волевой компонент.

СКРИНИНГ (англ. screen – сортировать, отбирать) – в применении к медицине и психологии – массовое обследование населения с целью выявления лиц с определенными характеристиками. Психологический скрининг применяется, например, в школе. Подразумевается массовое, ограниченное во времени исследование детей по определенной программе (например, исследование познавательной, эмоциональной и личностной сфер, а также значимых проблем).

СКУКА – стойкое мотивационное состояние, которое возникает даже при разнообразной, но неинтересной работе. Скука оказывает влияние на качество деятельности и межличностные отношения.

СЛОВО – единица речи.

СМЕЛОСТЬ – умение побороть страх и идти на оправданный риск ради достижения цели, несмотря на опасности для личного благополучия.

СОЗНАНИЕ – высший уровень психического отражения и саморегуляции, присущий только человеку.

СОМАТИЧЕСКИЙ – имеюший отношение к телу.

СОН – периодически возникающее функциональное состояние, проявляющееся в расслаблении, обездвиженности, близкое к релаксации.

СОСРЕДОТОЧЕННОСТЬ – психическое состояние сосредоточенности сознания на определенном объекте или группе объектов в течении некоторого времени. Внешняя сосредоточенность выражается в ослаблении или полном прекращении движений, напряженной мимике. Внутренняя сосредоточенность – такое психическое состояние, при котором в фокусе сознания находятся мысли и переживания (внутренние монологи).

СОХРАНЕНИЕ – процесс удержания и переработки информации, консервация. Не все, что прошло этап запоминания, хранится. Для сохранения информации в долговременной памяти нужна организация материала, укладка (классификация, удобное пространственное расположение, ассоциативные связи и пр.). Полезно использовать различные таблицы и схемы. В процессе укладки целесообразно припоминание. Лучше уложишь – больше сохранишь. Сохраняется гораздо больше,чем осознается. Информация сохраняется вместе с той ситуацией, в которой кодировалась (запоминалась). Объем сохраняемой информации велик (10 бит информации, для сравне-

ния – таблица умножения составляет 1,5 бита). Объем человеческой памяти выше объема памяти современных ЭВМ на несколько порядков, но воспроизвести его можно только в специальных условиях. Обычно человек использует лишь 10% этого объема.

СОЦИОМЕТРИЯ – метод психологического исследования межличностных отношений в группе, коллективе с целью определения структуры взаимоотношений и психологической совместимости.

СПОСОБНОСТИ – индивидуально-психологические особенности личности, обеспечивающие успех в деятельности и легкость овладения этой деятельностью. (*Что может Личность*).

СПОСОБНОСТИ КОММУНИКАТИВНЫЕ – способности личности, обеспечивающие эффективность ее общения с другими личностями и психологическую совместимость в совместной деятельности.

СПОСОБНОСТИ РЕПРОДУКТИВНЫЕ – способность копировать деятельность, осваивать ее по образцу, инструкции.

СПОСОБНОСТИ СПЕЦИАЛЬНЫЕ – система свойств личности, которые помогают достигнуть высоких результатов к какой-либо определенной области деятельности (музыкальной, художественной, литературной и т.д.)

СПОСОБНОСТИ ТВОРЧЕСКИЕ (КРЕАТИВНЫЕ) – креативность (лат. creatio – созидание) – общая способность к творчеству, характеризует личность в целом, проявляется в различных сферах активности, рассматривается как относительно независимый фактор одаренности.

СРАВНЕНИЕ – мыслительная операция сопоставления предметов и явлений между собой, нахождения сходства и различий между ними. Сравнивать объекты следует по одному основанию.

Например, сравним ощущение и восприятие. Различия: ощущение – процесс отражения отдельных свойств предметов и явлений окружающего мира, а восприятие – отражение предметов и явлений в целом; сходство: оба – психические процессы отражения и действуют в момент воздействия раздражителя на органы чувств.

СТАТИСТИКА – отрасль математики, теоретической и прикладной, которая занимается сбором, классификацией и анализом данных. Статистика включает три главных раздела: 1) ***описательную статистику,*** позволяющую описывать, подытоживать и воспроизводить в виде таблиц или графиков данные того или иного распределения, вычислять статистические его характеристики; 2) ***индуктивную статистику,*** служащую для проверки того, можно ли распространить результаты, полученные на данной выборке, на всю популяцию, из

которой взята выборка; 3) ***измерение корреляции***, которая позволяет узнать, насколько связаны между собой две переменные, чтобы можно было предсказывать возможные значения одной из них, если мы знаем другую.

СТРАСТИ – абсолютно доминирующие чувства, которые захватывают человека и владеют им. Это, как правило, сильно выраженное увлечение человека чем-либо или кем-либо, сопровождающееся глубокими эмоциональными переживаниями, связанными с соответствующим объектом.

СТРАХ – отрицательная эмоция, проявляющаяся при получении субъектом информации о реальной или воображаемой опасности. Страх – способ активности и защиты от сильных потрясений. Страх выражается в затруднении дыхания, дрожании тела, в расширении зрачков и пр.

СТРЕМЛЕНИЕ – волевая форма направленности. Стремление собирательное явление, то есть включает влечение, желание, намерение и т.д.

СТРЕСС (англ. stpess – напряжение, давление) – состояние напряжения, возникающее под влиянием сильных воздействий. Стресс, по утверждению Г. Селье, есть неспецифический ответ организма на *любое* предъявленное ему требование.

Стресс – реакция комплексная и не зависит от того, что его вызывает. Проявляется в несвязности речи, растерянности, нарушении памяти и пр. Протекает в три этапа (Г. Селье): 1) тревога – мобилизация всех сил организма; 2) стабилизация – ситуация закрепляется, идет перерасход адаптационных сил; 3) истощение, если ситуация продолжает сохраняться. В результате ухудшение самочувствия, заболевание и смерть. Люди по-разному переживают стресс (стресс льва или кролика). Есть люди стрессоустойчивые. В психологии выделяют разные виды стресса: физиологический, психический, информационный и эмоциональный.

СТРЕСС ИНФОРМАЦИОННЫЙ – возникает в ситуации значительных информационных перегрузок, когда человек не справляется с задачей переработки поступающей информации и не успевает принимать правильные решения в требуемом темпе, особенно при высокой ответственности за последствия принятых решений.

СТРЕСС ПСИХИЧЕСКИЙ – состояние организма, возникающее в процессе взаимодействия индивида с внешней средой, сопровождающееся значительным эмоциональным напряжением в условиях,

когда нормальная адаптивная реакция оказывается недостаточной. Психический стресс, в свою очередь, делят на информационный и эмоциональный.

СТРЕСС ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЙ – реакция организма на угрожающую ситуацию (боль, потеря крови, нарушение дыхания и пр.).

СТРЕСС ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ – возникает при эмоциональных перегрузках, возникновение его большинство авторов связывают с ситуациями угрозы, опасности, обиды и т.д.

СТЫД – социальная эмоция, которая выражает осознание субъектом несоответствия своих поступков, мыслей, внешности ожиданиям других людей и собственных представлений. «Стыд – это гнев, направленный внутрь» (К.Маркс).

СТЫДА ПЕРЕЖИВАНИЕ – показатель осуждения своих поступков и стремления исправить их. Переживая стыд, человек прячет глаза, отворачивается или опускает голову, краснеет и т.д.

СТЯЖАТЕЛЬСТВО – поведенческая особенность, которая выражается в стремлении обладать вещами или копить их.

СУБ. – составная часть слова, означающая «под, внизу, нижний, младший, в малом количестве».

СУБЛИМАЦИЯ – направление энергии инстинкта на выполнение видов деятельности, не связанных с прямым удовлетворением потребности.

СУБТЕСТ – небольшой тест, входящий в состав основного.

СУЖДЕНИЕ – форма мышления, отражающая связи между предметами и явлениями. Суждения – результат опыта многих поколений, а не практического опыта индивида. Это позволяет получать суждения логическим путем. Суждения разнообразны (общие и частные, истинные и ложные).

Например: общее суждение – «Все студенты учатся»;
частное – «Студент И. опоздал на лекцию»;
истинное – «Завтра будет новый день»,
ложное – «Лучше запоминается середина ряда».

Суждения приобретаются и усваиваются в процессе умственного развития, а не присущи человеку от рождения.

СУЖЕНИЕ ВНИМАНИЯ – слишком маленький объем внимания (2–3 ед.), наблюдается при психических расстройствах, депрессии.

СУПЕРЭГО (сверх «Я») – психическая структура, содержащая социальные нормы, установки, моральные ценности общества.

СУЩНОСТЬ – сердцевина вопроса, центральный, наиболее значимый аспект ситуации или коммуникации.

Т

ТАЛАНТ – высокий уровень развития способностей, чаще специальных, обеспечивающий достижение выдающихся успехов в том или ином виде деятельности. Талант достигает высоких результатов общего значения, но в пределах уже известных идей и направлений (М.В. Суворов, Л.С. Выготский).

ТЕЗАУРУС – словарь или свод данных, полностью охватывающий термины, понятия какой-нибудь специальной сферы, в нашем случае – сферы психологической науки.

ТЕКСТ – 1) всякая записанная речь (сочинение, документ, письмо и т.д.); 2) в лингвистике: внутренне организованная последовательность отрезков письменного произведения или записанной либо звучащей речи, относительно законченной по своему содержанию и строению.

ТЕМБР – специфическое качество, которое отличает друг от друга звуки одной и той же высоты и интенсивности, издаваемые разными источниками.

ТЕМПЕРАМЕНТ – совокупность индивидуальных особенностей человека, характеризующих динамическую и эмоциональную сторону его деятельности и поведения.

ТЕОРИЯ ОППОНЕНТНОГО ЦВЕТА – зрительная система состоит из двух типов чувствительных к цвету элементов. Один элемент реагирует на красную или зеленую часть спектра, другой – на синюю или желтую. ***Отвечая на внешние воздействия, один из оппонентов цветов может*** или перевешивать другой, или находиться с ним в равном положении. Скажем, в паре синий – желтый перевешивает синий, а в паре красный – зеленый – красный. Мы будем видеть смесь красного и синего, то есть фиолетовый цвет. Если одна пара сбалансирована, а другая – нет, мы будем видеть один из чистых цветов. Если обе пары между собой сбалансированы, то мы не будем видеть никакого цвета. Эта теория конкурирует с трихроматической теорией.

ТЕОРИЯ ОТРАЖЕНИЯ – основа научной психологии, рассматривающая психические явления как одну из форм отражения действительности. Психическое отражение, регулируя поведение субъекта, обеспечивает его взаимосвязь со средой.

ТЕРМИНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ – предназначенные для ввода и вывода информации.

ТЕСТИРОВАНИЕ – исследование с помощью тестов.

ТЕСТ (англ. test – испытание) – стандартизированное психологическое испытание, в результате которого делается попытка оценить тот или иной психический процесс или личность в целом. Различают: тесты способностей и достижений, а также личностные тесты (опросники, проективные). Тесты способностей предназначены для измерения уровня развития у индивида определенных способностей (психических процессов, интеллекта, профессиональных и пр.). Тесты достижений служат для определения достижений в различных видах деятельности (в учении, труде и пр.). Личностные тесты предназначены для определения различных психологических качеств личности (мотивов, отношений, ценностей), индивидуальных особенностей (темперамента, характера, эмоционального состояния и пр.). При этом используются опросники или проективные тесты.

ТИП ИНТУИТИВНЫЙ – характеризуется преобладанием эмоций над логикой и доминированием правого полушария головного мозга над левым.

ТИП МЫСЛИТЕЛЬНЫЙ – ему свойственны рациональность и преобладание левого полушария мозга над правым, примат логики над интуицией и чувством.

ТРАДИЦИОННЫЙ – прошлый.

ТРАНСПЕРСОНАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ (лат. trans – через, persona – личность («Я») – выход за пределы личности, себя) – одно из направлений современной психологии. Она изучает сознание в широком спектре его проявлений: множественность состояний сознания, духовный кризис, околосмертные переживания, развитие интуиции, творчества, высшие состояния сознания, личностные ресурсы, парапсихологические феномены, описывает предельные возможности психики человека (космическое состояние), переживания человека, которые могут привести человека к смене фундаментальных ценностей, духовного перерождения. Это переживание момента рождения и смерти. Она опирается на целостное видение человека в перспективе его духовного роста, классическую и неклассическую философскую антропологию, мировые духовные традиции, разнообразные способы самопознания и психотерапии, такие как медитация, холотропное дыхание, телесно ориентированная психотерапия, терапия искусством, работа со сновидениями, активное воображение и т.д. Лидерами современной трансперсональной (надличностной) психологии являются С. Гроф, К. Уилбер, Ч. Тарт и другие.

ТРЕВОГА – ощущение неосознанной угрозы, чувство опасения и тревожного ожидания или чувство неопределенного беспокойства.

ТРЕВОЖНОСТЬ – склонность индивида к переживанию тревоги, состояние осознанного или неосознанного ожидания воздействия стрессора, фрустратора. Тревожность обычно предшествует страху.

ТРИХРОМАТИЧЕСКАЯ теория цветового зрения – существует три разных типа рецепторов (колбочек), ответственных за цветовое зрение. Каждый из этих трех типов рецепторов обладает чувствительностью в широком диапазоне длины световой волны (длина световой волны связана с ощущением того или иного цвета), но в то же время разные типы колбочек специализируются на ***восприятии*** определенных цветов (синего, зеленого и красного): одни обладают наилучшей чувствительностью в одной части диапазона длины волны, другие – в другой его части, третьи – в третьей. Свет определенной длины волны стимулирует каждую из трех групп рецепторов в неодинаковой степени, ***что и дает*** ощущения разных цветов и оттенков. К сожалению, ***эта теория*** не объясняет многих экспериментально полученных фактов из области цветового зрения.

ТРУД – целесообразная деятельность человека, направленная на изменение и преобразование действительности для удовлетворения своих потребностей, создание материальных и духовных ценностей.

У

УБЕЖДЕНИЕ – высшая форма направленности – система мотивов личности, побуждающих ее поступать в соответствии со своими взглядами, принципами, мировоззрением.

УДИВЛЕНИЕ – не имеющая четко выраженного положительного или отрицательного знака эмоциональная реакция на внезапно возникшие обстоятельства. Удивление служит для погашения существующей активности нервной системы для подготовки организма к активности в новой ситуации.

Мимическое выражение удивления: брови высоко подняты, глаза расширяются и округляются, приоткрытый рот принимает овальную форму.

УЗНАВАНИЕ – сознание того, что воспринимаемые в данный момент предмет или явление воспринимались в прошлом. Узнавание базируется на сопоставлении образа объекта, полученного в результате процесса его восприятия, опознания, со следами, сохраняющи-

мися в памяти. Узнавание оказывается нарушенным при ряде патопсихологических феноменов (ложные опознания, «уже виденное» – «никогда не виденное и др.).

УМ, РАЗУМ – способность обобщать данные чувственного опыта и вырабатывать новые понятия. Ум ориентирован на социальные ценности высшего уровня и связан с социально значимыми качествами личности. В этом случае мыслительный процесс способствует формированию теоретических знаний и творческого преобразования действительности.

УМЕНИЕ – способность осознанно выполнять определенное действие. Составляет основу мастерства.

УМОЗАКЛЮЧЕНИЕ – форма мышления, представляющая собой формирование новых суждений на основе имеющихся. Это связь двух суждений, из которых одно – условие (посылка), а другое – заключение (следствие). Умозаключение позволяет решать проблемы, не имея непосредственной чувственной информации. Например: «Если идет снег – значит, холодно».

УМСТВЕННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ – включает: ***перцептивную, мнемическую, мыслительную, имажетивную.***

УМСТВЕННАЯ ОТСТАЛОСТЬ – состояние задержанного или неполного развития психики, которое характеризуется нарушением способностей (когнитивных, речевых, моторных и социальных), обеспечивающих общий уровень интеллектуальности.

УМСТВЕННЫЕ ДЕЙСТВИЯ – разнообразные действия человека, выполняемые во внутреннем плане сознания, это действия с образами, представлениями и понятиями. Например, действие доказательства, подведение под понятие, классификации и пр. (Н.Ф.Талызина). Умственное действие всегда осознанно, так как осознается его цель. Экспериментально установлено также, что в умственные действия обязательно включены моторные, двигательные компоненты.

УПРАЖНЕНИЕ – способ формирования действия, опирающийся на тренировку.

УПРЯМСТВО – упрямый человек всегда старается настоять на своем, несмотря на нецелесообразность данного действия, руководствуется не доводами разума, а личными желаниями вопреки их несостоятельности.

УРОВЕНЬ ПРИТЯЗАНИЙ – желаемая самооценка (К. Левин). Уровень притязаний – установка личности на определенный статус, успех, результат деятельности, находящаяся в зависимости от уровня самооценки личности.

УСТАНОВКА – готовность, предрасположенность к определенным действиям или реакциям на определенные стимулы.

УСТОЙЧИВОСТЬ ВНИМАНИЯ – способность в течение длительного времени сохранять состояние внимания на каком-либо объекте, предмете деятельности, не отвлекаясь и не ослабляя внимания. Об устойчивости внимания можно судить по преимущественному появлению ошибок в начале деятельности или в конце или они распределены равномерно.

УТОМЛЕНИЕ – временное снижение работоспособности под влиянием длительного воздействия нагрузки (физической или интеллектуальной и др.). Проявляется утомление в повышении инертности нервных процессов (на физиологическом уровне), в снижении чувствительности, нарушении памяти, внимания, сдвигах в эмоциональной сфере и др. (на психологическом уровне), а также в снижении производительности труда, умений, скорости и точности деятельности (на поведенческом уровне).

УЧЕНИЕ – процесс приобретения и закрепления знаний и способов деятельности индивидом. Учение является необходимым компонентом любой деятельности и представляет собой процесс изменения ее субъекта.

Ф

ФАНАТИЗМ – страстная убежденность.

ФИЛОГЕНЕЗ (от греч. phylê – племя, род, вид; генез – происхождение, история рода) – происхождение и в более широком смысле эволюция видов или другой формы животных или растений; эволюционная история.

ФОБИЯ – навязчивый страх.

ФОТОЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ КОЖИ – способность ощущать цветовые оттенки кожей руки или кончиков пальцев (описано А.Н. Леонтьевым и др.).

ФРУСТРАЦИЯ (англ. frustration – расстройство, срыв планов, крушение) – специфическое, эмоциональное состояние, которое возникает в тех случаях, когда человек на пути достижения цели сталкивается с препятствиями и сопротивлениями, которые или реально непреодолимы, или воспринимаются как таковые. Это одна из форм стресса, переживание неудачи, сопровождающееся чувством безысходности в достижении желаемой цели. Поведение в состоя-

нии фрустрации может быть как конструктивным, так и неконструктивным. Конструктивное поведение характеризуется усилением мотивации, пересмотром ситуации, адаптивными стремлениями. Неконструктивное – разными видами агрессии, самоуспокоением и др.

Х

ХАРАКТЕР (греч. charakter – черта, особенность) – 1) совокупность индивидуальных, устойчивых стереотипов поведения, штампов эмоциональных реакций, стиля мышления, сложившихся в процессе социализации и зафиксированных в привычках и манерах, в системе взаимоотношений с окружающими; 2) характер – это совокупность морально-нравственных и волевых свойств человека *(Что он есть)*.

ХАРАКТЕРА АКЦЕНТУАЦИИ – яркая выраженность группы черт характера, не приводящая еще к социальной дезадаптации. Акцентуации характера накладывают отпечаток на поведение личности, а при неблагоприятных условиях могут переходить в болезни (психопатии). Со временем они могут исчезнуть, но могут и проявиться вновь. Акцентуации характера можно расположить на границе между нормой и патологией. Они отличаются от патологии тем, что: 1) проявляются не всегда и не везде, а только в трудных ситуациях; 2) не нарушают социальной адаптации или нарушение носит временный характер; 3) в определенных ситуациях могут даже способствовать адаптации.

ХАРАКТЕР АСТЕНИЧЕСКИЙ – уклонение от любой ответственности, растворение и подчинение собственных потребностей в потребностях других, повышенная эмотивность и др.

ХАРАКТЕР ИСТЕРИЧЕСКИЙ – повышенная эмоциональность и впечатлительность, жажда признания, аффективно-мотивационная лабильность и пр.

ХАРАКТЕР ПАРАНОЙЯЛЬНЫЙ – чрезмерная чувствительность к неудачам и отказам со стороны окружающих, подозрительность, поиск тайного, угрожающего смысла в поступках окружающих и др.

ХАРАКТЕР ПСИХОСТЕНИЧЕСКИЙ – застенчивость, смущение, нерешительность, робость, мнительность и пр. Вариантом этого типа характера является тревожный (озабоченность критикой в свой адрес и др.).

ХАРАКТЕР РЕЦЕПТИВНЫЙ – термин Э.Фромма для обозначения индивида, который чрезмерно пассивен и требует большой поддержки и руководства со стороны других.

ХАРАКТЕР СОЦИАЛЬНЫЙ – совокупность существенных черт, свойственных определенной группе людей и являющихся продуктом общественного развития в данной культуре.

ХАРАКТЕР ШИЗОИДНЫЙ – ориентация на внутренние ощущения и переживания, замкнутость, нелюдимость, необщительность, неспособность переживать яркие эмоции и пр.

ХАРАКТЕР ЭПИЛЕПТОИДНЫЙ – эмоциональная ригидность, склонность застревать на каких-либо эмоциях, педантизм, склонность следовать нормам.

ХОЛИЗМ – принцип, постулирующий невыводимость свойств целого из свойств компонентов и признающий целостность первичным началом.

ХРОМАТИЧЕСКИЕ ЦВЕТА – красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, синий, фиолетовый. При ахроматическом зрении действуют «колбочки».

Ц

ЦЕЛЬ деятельности – то, что реализует человеческую потребность и выступает в качестве образа конечного результата деятельности.

ЦЕЛЕУСТРЕМЛЕННОСТЬ – сознательная и активная направленность личности на достижение определенного результата деятельности.

ЦЕННОСТИ – система отношений личности к социально-политическим и нравственным нормам общества.

ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ – система отношений личности к социально-политическим и нравственным нормам общества.

Ч

ЧЕЛОВЕК (Homo sapiens – человек разумный) – род Homo отряда приматов, из которых единственным выжившим видом является Homo sapiens. Понятие «человек» означает принадлежность к человеческому роду.

ЧЕРТА – предрасположенность человека вести себя сходным образом в различное время и в различных ситуациях.

ЧУВСТВА – наиболее устойчивые переживания человека, возникающие при удовлетворении или неудовлетворении социальных потребностей (любовь, гордость, ненависть, мировоззренческие чувс-

тва и др.). Отличительными особенностями чувств являются их осознанность, предметность и обобщенность.

ЧУВСТВА ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЕ – чувства, связанные с познавательной деятельностью и регулирующие интеллектуальную активность личности. К этим чувствам относят чувства интереса, удовлетворения от интеллектуальной деятельности, любви к истине, сомнения, удивления, юмора и пр. Интеллектуальные чувства позволяют преодолевать трудности, поддерживают стремления к поиску истины. Поэтому так поразительна работоспособность у некоторых ученых.

ЧУВСТВА МОРАЛЬНЫЕ (нравственные) – переживание человеком его отношения к другим людям, к обществу, к правилам и нормам общежития. Возникают при сравнении явлений действительности с общественными нормами после их принятия. К положительным моральным чувствам относят чувства доброжелательности, жалости, нежности, симпатии, дружбы, товарищества, коллективизма, патриотизма, долга и т. д. К отрицательным моральным чувствам относят чувства индивидуализма, эгоизма, вражды, зависти, злорадства, ненависти и т. д.

ЧУВСТВА ПРАКТИЧЕСКИЕ (праксические) (греч. prakticos – деяние, деятельность) – чувства, связанные с деятельностью человека (досада, удовольствие, творческий подъем и пр.).

ЧУВСТВА ЭСТЕТИЧЕСКИЕ – своеобразная окраска ощущений, характеризующих наше отношение к отдельным качествам предмета. Переживание прекрасного и уродливого в природе, жизни, искусстве, человеке и др. Связаны с пониманием гармонии, возвышенного, трагического, комического. Огромное влияние на эмоциональные состояния человека оказывает искусство. Так, чувство трагического проявляется у человека при сопереживании трагических ситуаций других людей (катарсис).

ЧУВСТВЕННЫЙ ТОН – простейшая форма эмоций. Это положительные или отрицательные переживания, сопровождающие отдельные жизненно важные воздействия (вкусовые, температурные и др.) и побуждающие индивида к их сохранению или устранению.

ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ – 1) способность живых организмов реагировать на раздражители; 2) способность организмов отражать воздействия среды, не имеющие непосредственного биологического значения, но вызывающие психологическую реакцию в форме ощущений; 3) степень интенсивности ощущений (способность реагировать на сравнительно слабые или незначительно отличающиеся друг от друга воздействия); 4) понимание чувств другого человека, особенно ос-

ведомленность, основанная на относительно незначительных признаках; 5) уязвимость человека, вследствие которой ему легко причинить вред или оскорбить его.

ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ АБСОЛЮТНАЯ (Е) – способность ощущать едва заметные, слабые раздражения.

ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ АБСОЛЮТНЫЙ ПОРОГ (верхний) – максимальная интенсивность раздражителя, при которой он еще воспринимается в своей модальности или вообще не воспринимается.

ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ АБСОЛЮТНЫЙ ПОРОГ (нижний)(РА) – минимальная величина раздражителя любой модальности, при котором впервые возникает ощущение.

ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ ОТНОСИТЕЛЬНЫЙ ПОРОГ (разностный или дифференциальный) – минимальное различие между раздражителями, которое дает едва заметное различие ощущений.

ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ ОТНОСИТЕЛЬНАЯ (разностная, дифференциальная) – способность ощущать слабые различия между раздражителями одной модальности.

Э

ЭВОЛЮЦИЯ – процесс накопления изменений в структуре взаимодействующих объектов и отбора новых форм по их адаптивной ценности.

ЭВРИСТИКА – метод поиска, который со значительной вероятностью позволяет отбирать наиболее удачные способы решения задачи

ЭГО («Я») – совокупность преимущественно осознаваемых человеком познавательных и исполнительных функций психики.

ЭЙФОРИЯ – психическое состояние (настроение), которое характеризуется беспечностью, безмятежностью, благодушием, беззаботностью и в то же время безразличным отношением к серьезным сторонам и явлениям жизни. Эйфорическое состояние обладает наркотическими свойствами – оно активизирует психику, и к нему человек привыкает. Чтобы вызвать его, человеку нужны алкоголь, наркотики, а артисту или спортсмену – зрители.

ЭГОЦЕНТРИЗМ (лат. ego – и – centrum – центр круга) – черта личности, проявляющаяся в преувеличенном подчеркивании своего «Я», крайнем эгоизме, неспособность индивида изменить свою позицию по отношению к чужому мнению, встать на чужую точку зрения даже перед лицом противоречащей его мнению информации.

Эта черта свойственна детям на определенном этапе развития мышления (2–7лет).

ЭКЗИСТЕНЦИОНАЛЬНО-БЫТИЙНЫЕ СВОЙСТВА ЛИЧНОСТИ – свойства, связанные с целостным представлением личности о самой себе (самоотношение), о своем «Я», о смысле бытия, об ответственности, о предназначении в этом мире.

ЭКСПЕРИМЕНТ в психологии (лат. experimentum – проба, опыт) – основной метод психологии, опирающийся на точный учет изменяемых независимых переменных, влияющих на зависимую переменную. Это создание оптимальных условий для изучения психических явлений. Он предполагает целенаправленное вмешательство ученого в исследовательскую ситуацию. Для проведения эксперимента подбираются конкретные диагностические методики и методы, совокупность которых называют методикой исследования.

ЭКСПЕРИМЕНТ ЛАБОРАТОРНЫЙ – метод психологии, осуществляемый в искусственных условиях (в специально оборудованных помещениях) со строгим контролем всех влияющих факторов.

ЭКСПЕРИМЕНТ ЕСТЕСТВЕННЫЙ – психологический эксперимент, включенный в игровую, трудовую или учебную деятельность.

ЭКСПЕРИМЕНТ КОНСТАТИРУЮЩИЙ – предусматривает выявление существующих психических особенностей или уровней развития соответствующих качеств, а также констатацию отношений причин и последствий.

ЭКСПЕРИМЕНТ ФОРМИРУЮЩИЙ (ОБУЧАЮЩИЙ) – метод психологии, при котором имеет место планомерное формирование требуемого психического процесса или качества личности.

ЭКСПРЕССИЯ – внешнее проявление эмоций, выразительность; сила проявления чувств.

ЭКСПРЕССИВНОСТЬ – значительная выраженность эмоций через мимику, жесты, голос, двигательные реакции.

ЭКСТАЗ – наивысший уровень «приподнятости» эмоций, экзальтация.

ЭКСТЕРИОРИЗАЦИЯ – переход от внутреннего, умственного плана действия к внешнему, реализуемому в форме приемов и действий с предметами.

ЭКСТРАВЕРСИЯ – ориентация личности на объект, на внешний мир.

ЭКСЦЕНТРИЧНЫЙ – страстный.

ЭМОТИВНОСТЬ (лат. emoveo – возбуждать) – повышенная чувствительность, при которой эмоциональные реакции наступают быс-

тро, достигают большой силы и нередко оказываются чрезмерно продолжительными. Синоним – эмоциональность.

ЭМОЦИИ (лат. emovere – потрясаю, волную) – особый класс психических явлений, протекающих в форме переживаний, отражающих отношение человека к удовлетворению или неудовлетворению актуальных его потребностей.

Эмоции проявляются в мимике, жестах, интонациях голоса, двигательных реакциях (экспрессия) и в физиологических явлениях: изменении дыхания, сердцебиения и пр. (импрессия). Они сопровождают все виды активности (деятельность, поведение, психические процессы и состояния). Эмоции охватывают почти весь организм, производя почти моментальную интеграцию (объединение в целое) всех функций организма (П.К. Анохин).

В биологической эволюции эмоции возникли как средство, позволяющее живым существам определять биологическую значимость состояний организма и внешних воздействий.

ЭМОЦИИ АСТЕНИЧЕСКИЕ – действуют противоположно стеническим. Обычно человек переживает либо положительную, либо отрицательную эмоцию. Однако возможна и амбивалентность.

ЭМОЦИИ БАЗОВЫЕ (эмоции в узком смысле), собственно эмоции – носят ситуативный характер, выражают оценочное отношение к складывающимся или возможным ситуациям. Они кратковременны, достаточно сильно выражены, причины возникновения у человека достаточно хорошо осознаются. Эти эмоции хорошо изучены и среди них выделены 10 базовых (основных) (К. Изард). Каждая базовая эмоция лежит в основе целого спектра состояний. К базовым эмоциям относят радость, удивление, интерес, печаль, гнев, отвращение, презрение, страх, стыд, вину.

ЭМОЦИИ ВЫСШИЕ – социально обусловленные эмоции, связанные с общественными отношениями. Присущи только человеку.

ЭМОЦИИ НИЗШИЕ – эмоции, связанные с удовлетворением органических потребностей, так называемые общие ощущения (голод, жажда и т.д.). Эти эмоции присущи и животным, и человеку.

ЭМОЦИИ СТЕНИЧЕСКИЕ (греч. sthenos – сила) – эмоции повышающие активность, вызывают прилив энергии и подъем.

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ВОЗБУДИМОСТЬ – эмоциональная готовность эмоционально реагировать на значимые для человека раздражители. Проявляется в раздражительности, вспыльчивости.

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ГЛУБИНА – интенсивность переживаний, сила эмоций.

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ЛАБИЛЬНОСТЬ-РИГИДНОСТЬ – эмоциональная лабильность (подвижность, переключаемость) характеризуется тем, что человек, быстро реагируя на смену ситуаций, обстоятельств и партнеров, свободно выходит из этих эмоциональных состояний и входит в другие. Эмоциональная ригидность отличается косностью эмоций, их стабильностью.

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ОТЗЫВЧИВОСТЬ – восприимчивость, чувствительность, близка по смыслу к эмоциональной возбудимости.

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ характеризуется эмоциональной невозмутимостью, слабой впечатлительностью, то есть отсутствием реакции на эмоциогенные раздражители.

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ – психическое состояние здоровых людей, находящихся в интенсивном и тесном общении с клиентами, пациентами в эмоционально насыщенной атмосфере при оказании профессиональной помощи.

Может возникать в замкнутых рабочих коллективах, выполняющих длительное время (до полугода) совместную деятельность. Эмоциональное выгорание проявляется в эмоциональном и/или физическом истощении: ощущении эмоционального напряжения и чувстве опустошенности. При этом возникает равнодушное и даже негативное отношение к людям, обслуживаемым по роду работы, следствиями чего являются раздражительность и конфликтность. Эмоциональное выгорание приводит также к снижению продуктивности труда, самооценки своей компетентности, росту недовольства собой и негативному отношению к себе как личности.

ЭМПАТИЯ – способность сочувствовать, сопереживать. Сопереживание – переживание субъектом тех же чувств, которые испытывает другой. Сочувствие – отзывчивое, участливое отношение к переживаниям, несчастью другого (выражение сожаления, соболезнования и т.п.).

ЭПИКРИТИЧЕСКИЕ (греч. epikrisis – суждение, решение) – филогенетически новые ощущения. Они характеризуются более низким порогом раздражения, способностью ощущать легкие прикосновения, точной локализацией внешнего раздражения, более совершенным распознанием качества внешнего раздражителя. К ним относятся все основные виды ощущений человека.

ЭПИСТЕМОЛОГИЯ – отрасль философии, которая изучает происхождение, характер, методы и пределы человеческого знания.

ЭРГИЧНОСТЬ – выносливость нервной системы (В.М. Русалов).

ЭРГОНОМИКА – наука о «соответствии» деятельности и людей друг другу, изучающая связи между анатомией, физиологией и психологией индивида и требованиями, предъявляемыми определенными видами деятельности.

ЭТИМОЛОГИЯ – наука, изучающая происхождение и развитие лингвистических форм.

ЭТОЛОГИЯ (греч. ethos – суть, характер, logos – наука, изучение) – межотраслевая наука, объединяющая зоологию, биологию и сравнительную психологию, занимающаяся тщательным наблюдением за поведением животных в их естественной среде и разработкой теоретических характеристик этого поведения.

ЭФФЕКТ «ГОРЬКОЙ КОНФЕТЫ» – ребенок-дошкольник получает от экспериментатора практически невыполнимое задание: не вставая со стула, достать удаленный привлекательный предмет. Экспериментатор оставляет ребенка и наблюдает за ним из соседней комнаты. После безуспешных попыток ребенок встает, берет предмет и возвращается на место. Экспериментатор хвалит его и предлагает в награду конфету. Ребенок отказывается от конфеты, а после повторных предложений начинает плакать. Конфета оказывается для него «горькой». Это говорит о том, что ребенок уже начинает, но еще не до конца, подчинять свои мотивы (взять конфету) социальным нормам (делать, как сказано – не вставая со стула).

ЭФФЕКТ Б.В. ЗЕЙГАРНИК (1927) – лучшее воспроизведение в памяти незавершенных действий по сравнению с завершенными. Свидетельствует о роли личностно-мотивационного компонента в структуре мнемической деятельности.

При получении задания у человека появляется потребность (квазипотребность по К. Леви) выполнить его. Эта потребность в процессе выполнения задания усиливается. Эффект лучшего воспроизведения незавершенных действий не обнаруживается у больных с выраженными эмоционально-волевыми изменениями.

ЭФФЕКТ ГЕНЕРАЦИИ – люди лучше запоминают то, что делают и придумывают. Собственные идеи сохраняются в сознании без усилий, непроизвольно.

ЭФФЕКТОР – исполнительная часть рефлекторного кольца (мышца, железа) в отличие от воспринимающей части (рецептора).

ЭФФЕРЕНТНЫЙ НЕРВНЫЙ ПУТЬ – нервный путь, проводящий нервные импульсы из центральной нервной системы к исполнительному органу.

Я

Я-ЗЕРКАЛЬНОЕ – представление о том, каким человека воспринимают другие.

ЯЗЫК – система условных символов, относительно независимых от индивида, с помощью которой передаются сочетания звуков, имеющих для людей определенное значение и смысл. Язык можно понимать как систему, в которой кодировано восприятие мира, как культуру данного народа. Речевой язык (естественный – русский, английский и пр.) – это средство общения и интеллектуальной деятельности человека.

Я-ИДЕАЛЬНОЕ – представления о том, каким человек хочет быть; (по К. Роджерсу) совокупность мыслей, чувств и переживаний, которые человек хотел бы иметь для реализации своего личностного потенциала.

Я-КОНЦЕПЦИЯ, САМОСОЗНАНИЕ – совокупность всех представлений индивида о себе, сопряженная с их оценкой (Р. Бернс). В основе самосознания – способность человека отличать себя от своей собственной жизнедеятельности.

Я-ОБРАЗ – знания и представление личности о себе, о своих физических свойствах, способностях, качествах.

Я-РЕАЛЬНОЕ – представление о том, каким человек является сейчас; (по К. Роджерсу) совокупность мыслей, чувств и переживаний «здесь и сейчас».

Я-ФАНТАСТИЧЕСКОЕ – представление о том, каким человек мог бы быть, если это было возможно.

3.2. КРАТКИЙ БИОГРАФИЧЕСКИЙ СПРАВОЧНИК

АБДУЛЬХАНОВА-СЛАВСКАЯ Ксения Александровна (1932) – доктор психологических наук, профессор, академик РАО. Она разработала концепцию личности как субъекта жизненного пути, предложила оригинальное определение высших жизненных качеств личности, таких как активность, способность к организации времени, сознание и социальное мышление.

АДЛЕР Альфред (1870–1937) – австрийский психолог, один из ведущих деятелей психоаналитического направления. Он создал собственную научную школу, получившую название «индивидуальная психология». В своем учении он отстаивал принцип внутреннего единства сознательного и бессознательного. Своей деятельностью он оказал существенное влияние на гуманистическую психологию.

АЙЗЕНК Ганс Юрген (1916–1997) – выдающийся немецко-английский психолог. Он выдвинул оригинальную «биологическую» теорию интеллекта, является автором теории креативности, создал оригинальную двухфакторную типологию личности, получившей широкое распространение. Он автор 45 книг и 600 научных статей.

АНАНЬЕВ Борис Герасимович (1907–1972) – выдающийся российский психолог. Является основателем ленинградской психологической школы. Автор фундаментальных работ в области чувственного восприятия, психологии общения, педагогической психологии. Предложил систему человекознания, в которой были интегрированы данные различных наук.

АНОХИН Петр Кузьмич (1898–1974) – известный отечественный физиолог. Он по-своему (в отличие от Павловского) понимал подкрепление не как эффект действия безусловного раздражителя, а как афферентный сигнал о самой реакции, свидетельствующий о соответствии ожидаемому результату (акцептору действия). Предложенная Анохиным теория функциональных систем способствовала пониманию адаптивных механизмов живого организма.

АНУФРИЕВ Александр Федорович (1943) – современный российский психолог, доктор психологических наук, профессор. Специалист в области психодиагностики.

АРИСТОТЕЛЬ (384–322 гг. до н.э.) – древнегреческий философ-идеалист, который написал первое психологическое произведение трактат « О душе». Он выделял три души: растительную, животную и разумную, или человеческую, имеющее божественное происхождение. Он дал объяснение многим психологическим явлениям (механизмам поведения, памяти, мышлению, разделил органы чувств на пять разрядов и др.).

БАНДУР Альберт (1925–1988) – американский психолог, автор теории социального научения, социобихевиорист. Он предложил свою модель научения. Центральное место в этой модели он отводил наблюдению за образцами поведения других людей и за последствиями этого поведения. На основе теории научения Бандура попытался дать интерпретацию агрессии. Вклад Бандуры в теорию личности заключается прежде всего в том, что он в экспериментах установил взаимосвязь обобщенных черт характера с ситуационно специфическими формами поведения.

БАРАБАНЩИКОВ Владимир Александрович (1949) – заведующий лабораторией системных исследований психики Института психологии РАН, доктор психологических наук, профессор. В течение 30 лет занимается исследованиями фундаментальных механизмов восприятия. Его перу принадлежит более 160 научных работ.

БАРД П. – американский физиолог, исследователь физиологических механизмов эмоций, один из авторов теории Кеннона–Барда (1934 г.).

БЕРНС Р. В. – английский психолог, исследователь проблем «Я-концепции», автор книги «Развитие Я-концепции и воспитание» (1976).

БЕРНШТЕЙН Николай Александрович (1896–1966) – отечественный психофизиолог. Разработал концепцию физиологии активности и формирования движений человека в норме и патологии, сформулировал идею «рефлекторного кольца». На основе его разработок проводилось восстановление движений у раненых во время Великой Отечественной войны и конструировались шагающие автоматы, а также устройства, управляемые ЭВМ.

БЕХТЕРЕВ Владимир Михайлович (1857–1927) – русский физиолог, невропатолог, психиатр, психолог. Разработал естественнонаучную теорию поведения (рефлексологию). Он был создателем первой в России экспериментально-психологической лаборатории, кото-

рая была открыта в 1885 г. при клинике Казанского университета. В 1908 г. Бехтерев основа в Санкт-Петербурге Психоневрологический институт, который и сейчас носит его имя.

БИНЕ Альфред (1857–1911) – один из основателей французской экспериментальной психологии, создатель тестологии. Основал в Сорбонне (1889) первую во Франции экспериментальную психологическую лабораторию. Совместно с Т. Симоном создал тесты уровня умственного развития детей, ввел понятие умственного возраста как уровня интеллектуального развития. Занимался проблемами патологии сознания и личности, умственного утомления, понятийного мышления, индивидуальных различий памяти.

БЛОНСКИЙ Павел Петрович (1884–1942) – российский педагог, психолог, философ. Он автор одной из признанных классификаций памяти (моторная, аффективная, образная, вербальная), его исследования касаются развития мышления, сексуального развития детей. Он выступал приверженцем новых форм обучения в единой политехнической трудовой школе.

БОДАЛЕВ Алексей Александрович (1923) – известный отечественный психолог, академик РАО, действительный член АПСН, профессор, доктор психологических наук. Занимается проблемами межличностного восприятия и коммуникации.

БОЖОВИЧ Лидия Ильинична (1908–1981) – известный отечественный психолог, ученица Л.С. Выготского. Божович создала свою оригинальную теорию личности, основанную на культурно-исторической теории Л.С. Выготского. Она автор известных работ по проблемам развития личности ребенка, формированию его мотивации, экспериментальному исследованию аффективных конфликтов, самооценок, уровню притязаний, направленности личности и др.

БРУНЕР Джером Сеймон (1915) – американский психолог и педагог, чьи исследования восприятия, научения, памяти и других аспектов познания у детей наряду с работами Ж. Пиаже оказали влияние на американскую систему образования. Он доказал, что любого ребенка можно научить любому предмету на любой стадии развития, дело только в методике обучения.

БРУШЛИНСКИЙ Андрей Владимирович (1933–2004) – известный отечественный психолог, доктор психологических наук, профессор, был академиком РАО, директором Института психологии РАН. Занимался исследованиями в области онтологических и гносеологических оснований психологии, а также проблемами психологии

личности, мышления, психологии творчества и педагогической психологии. Автор более 180 научных книг и статей.

БЮЛЕР Карл (1879–1963) – немецко-австрийский психолог. Разрабатывал методики экспериментального исследования мышления, вопросы методологии научного познания, проблемы языка и речи, развития детской психики и пр.

ВЕБЕР Эрнст (1795–1878) – немецкий физиолог, основоположник психофизики и экспериментальной психологии. Его опыты служили подтверждением пороговой теории, согласно которой существует момент перехода физиологической реакции в психологическую. Он впервые применил математические методы измерения в психологии, экспериментально установив наименьшее различие между двумя физическими раздражителями, которое может определить человек. В дальнейшем его исследования были дополнены Г.Т. Фехнером.

ВЕККЕР Леонид Маркович (1916 – 2001) – советско-американский психолог (окончил ЛГУ). Исследования Веккера посвящены проблемам когнитивной психологии (психическим процессам, психофизическим аспектам и др.).

ВЕКСЛЕР Дэвид (1896–1981) – американский психолог, создатель широко известных тестов оценки интеллекта для взрослых и детей.

ВЕЛИЧКОВСКИЙ Борис Митрофанович – современный российский и немецкий психолог. Развил уровневую теорию когнитивных процессов.

ВЕНГЕР Леонид Абрамович (1925–1992) – доктор психологических наук, в Институте дошкольного воспитания АПН СССР возглавлял лабораторию психологии детей дошкольного возраста, автор книг по проблемам умственного развития дошкольника.

ВЕРБИЦКИЙ Андрей Александрович (1941) – российский психолог, специалист в области психолого-педагогических проблем высшего и непрерывного образования, автор теории контекстного обучения, доктор психологических наук, профессор.

ВЕРТГЕЙМЕР Макс (1880–1943) – выдающийся чешско-американский психолог, основатель гештальтпсихологии (совместно с другими психологами). Он создал «детектор лжи», исследовал проблемы целостности восприятия, музыкального восприятия, мышления и др.

ВУДВОРТС Роберт (1869–1952) – известный американский психолог, развивающий направление «динамической психологии». Он считал, что поведение и сознание являются основным предметом психологии, объяснял поведение, используя комбинацию мотива-

ции, восприятия, научения и мышления, провел серию экспериментов по изучению внимания.

ВУНДТ Вильгельм (1832–1920) – немецкий психолог, физиолог, философ и языковед. В 1879 г. основал при Лейпцигском университете первую в мире экспериментальную лабораторию психологии, где изучались ощущения, ассоциации, внимание, время реакции на разные раздражители. Он внес существенный вклад в становление мировой психологии.

ВЫГОТСКИЙ Лев Семенович (1896–1934) – выдающийся отечественный психолог, создатель культурно-исторической концепции развития высших психических функций. Занимался проблемами восприятия произведений искусства, общими методологическими проблемами психологии, создал новое направление в детской психологии, включающее в себя положение о «зоне ближайшего развития» ребенка, занимался проблемами аномального ребенка, проблемами мышления и речи и др. Его влияние на отечественную и мировую психологию весьма существенно, и не случайно его называют «Моцартом психологии».

ГАЛЬПЕРИН Петр Яковлевич (1902–1988) – известный отечественный психолог. На основе общепсихологической теории деятельности им был предложен и экспериментально обоснован метод поэтапного формирования умственных действий и понятий. Им разработана собственная теория внимания. Внимание для Гальперина – это внутренний контроль за поведением, идеальное, свернутое и автоматизированное действие. Эти взгляды приобретают все большую популярность.

ГАЛЬТОН Френсис (1822–1911) – английский антрополог и психолог, один из основателей евгеники, впервые в мире использовал психологические тесты, анкеты и вопросники. Внес существенный вклад в развитие корреляционного анализа.

ГАМЕЗО Михаил Викторович (1915) – отечественный психолог, профессор, доктор психологических наук, автор 100 научных трудов в области общей, социальной и педагогической психологии, один из основателей психосемиотического подхода в современной отечественной психологии. Автор известных книг – «Атлас по психологии», «Курс психологии» (в 3 частях), научно-методических пособий для дистанционного обучения.

ГАНУШКИН Петр Борисович (1875–1933) – русский советский психиатр. Он является создателем оригинальной отечественной концепции малой психиатрии, учения о психопатиях. Создатель круп-

ной школы в советской психиатрии. Уделял большое внимание профилактике психических заболеваний.

ГЕРАКЛИТ из Эфеса (ок. 540–474 вв. до н.э.) – известный древнегреческий философ-материалист. Он полагал, что началом всего является огонь, душа – частица природы, атом огня. Вселенная не сотворена и вечна, но она не нечто безжизненное, куда движение нужно привнести извне, а несет в себе свое движение, свой «логос». У Гераклита логос означает «меру», объективный диалектический закон, управляющий мирозданием.

ГИБСОН Джеймс Джером (1904–1979) – американский психолог, развивший экологический подход к восприятию.

ГИЛФОРД Джон Пауль (1897–1987) – американский психолог, применил факторный анализ для всесторонней оценки личности. Его всесторонняя, систематизированная теория интеллектуальных способностей, известная как структура интеллекта (кубическая модель), явилась основой для информационно-операционального направления в психологии.

ГИППОКРАТ (ок. 460–377 гг. до н.э.) – знаменитый древнегреческий врач. Его имя связывают с дошедшими до наших дней названиями темпераментов: сангвиник, холерик, флегматик и меланхолик. Гиппократ считал, что люди различаются по соотношению в организме четырех жидкостей: крови, флегмы, желтой желчи и черной желчи. Соотношение этих жидкостей («соков») по-гречески обозначалось словом «красис», которое потом заменили латинским словом «temperamentum» – «соразмерность». Преобладание крови (греч. сангве) характеризовало сангвинический темперамент, флегмы (прозрачная жидкость) – флегматический, желтой желчи (холле) – холерический, а преобладание черной желчи (меланхоле) – меланхолический. И хотя объяснительный принцип классификации в настоящее время имеет лишь историческую ценность, Гиппократ положил начало научной типологии.

ГОРДОН У. – автор метода «синектики» – метода групповой дискуссии.

ГРОФ Станислав (1931) – выдающийся чешско-американский психолог, один из основателей трансперсональной психологии, автор более 100 статей и 14 книг, переведенных на 12 языков.

ДАВЫДОВ Василий Васильевич (1930–1998) – видный российский психолог, философ и педагог, доктор психологических наук, профессор, специалист в области психологии обучения, детской и педагогической психологии, а также теоретико-методологических проблем общей и возрастной психологии.

ДЕКАРТ Рене (1596–1650) – выдающийся французский философ, математик, физик, физиолог и психолог. В основе философии Декарта – дуализм души и тела, «мыслящей» и «протяженной» субстанции. Взгляды Декарта оказали значительное влияние на психологическую науку.

ДЕМОКРИТ (460–370 гг. до н.э.) – греческий философ и психолог, один из создателей атомистической теории мира. Он считал, что душа и тело материальны и состоят из атомов (частиц природы, атомов огня).

ДЖЕЙМС Ульям (1842–1910) – выдающийся американский философ и психолог, один из основателей прагматизма и функциональной психологии. Один из первых предложил теорию личности, выделил в «эмпирическом Я» физическую, социальную и духовную личности. Он является автором и теории эмоций, известной как теория Джеймса–Ланге. Датский паталогоанатом К.Г. Ланге независимо от Джеймса высказывал сходные мысли. Идеи Джеймса оказали существенное влияние на исследования многих психологов начала XX века.

ДРУЖИНИН Владимир Николаевич (1955–2000) – доктор психологических наук, профессор, был ректором Института практической психологии ИМАТОН, лауреат премии им. С.Я. Рубинштейна Российской академии наук за исследования в области способностей и творчества. Специалист по когнитивной психологии. Ему принадлежит более 150 научных работ.

ЖИНКИН Николай Иванович (1893–1979) – известный психолог, специалист в области психологии языка, речи и мышления. Большое внимание уделял развитию речи учащихся, исследованию семантики текста, процессов его восприятия, понимания и порождения.

ЗАПОРОЖЕЦ (1905–1981) – советский психолог, выдвинул теорию перцептивных действий, на основе которой была создана система сенсорного воспитания. Занимался исследованиями произвольных действий ребенка, разрабатывал теорию эмоций и др.

ЗЕЙГАРНИК Блюма Вульфовна (1900–1988) – известный отечественный психолог. В лаборатории К. Левина (Германия) осуществила всемирно известные исследования забывания завершенных и незавершенных действий. Занималась проблемами патопсихологии, в частности патологии мышления.

ЗЕЛЬЦ Отто (1881–1944) – немецкий психолог, представитель вюрцбурской школы. Развил теорию «специфических реакций» в области психологии мышления.

ЗИНЧЕНКО Петр Иванович (1903–1969) – известный советский психолог, доктор психологических наук, профессор, автор работ по психологии. Занимался проблемами непроизвольного запоминания и выявил зависимость его эффективности от места запоминаемых объектов в структуре деятельности (в частности, от цели деятельности). Обосновал общность фундаментальных механизмов непроизвольной и произвольной памяти.

ИВАННИКОВ Вячеслав Андреевич (1940) – отечественный психолог, доктор психологических наук, специалист в области психологии мотивации и волевой регуляции.

ИЗАРД Кэрролл (1923) – профессор психологии Делаверского университета. Один из известных современных исследователей эмоций в непосредственной связи с познавательной деятельностью человека.

ИЛЬИН Евгений Павлович – психолог, доктор психологических наук, профессор Российского государственного университета им. А.И. Герцена. Специалист в области общей и дифференциальной психофизиологии, психологии физического воспитания и спорта, автор 200 научных публикаций, в том числе 15 учебных пособий и монографий.

ЙЕРКС Роберт (1876–1956) – выдающийся американский психолог, зоопсихолог и этолог. Он экспериментально доказал, что сильная мотивация препятствует выработке навыков различения сложных стимулов, но она благоприятна для различения простых (закон Йеркса–Додсона). Многие его работы посвящены психологии и физиологии животных.

КАЛМЫКОВА Зинаида Ильинична (1914–1993) – российский психолог, доктор психологических наук, профессор, исследователь в области педагогической психологии, дефектологии, психодиагностики. Изучала интеллектуальные возможности детей, их обучаемость как общую способность к усвоению знаний и др.

КЁЛЕР Вольфганг (1887–1967) – немецкий психолог, один из основателей гештальтпсихологии. В блистательных экспериментах над животными им были заложены новые методические принципы экспериментального изучения процесса решения проблемных ситуаций, выделены основные характеристики, возможности и границы решения практических задач шимпанзе. Им было введено понятие «инсайт».

КЕЛЛИ Джордж Александер (1905–1967) – известный американский психиатр и психолог. Основатель когнитивной психологии. Автор оригинальной теории личности.

КЕННОН Уолтер Бредфорд (1871–1945) – американский физиолог и психолог. Он создал новаторское учение о телесных механизмах эмоций. Он разработал схему этапов возникновения эмоций и сопутствующих ей физиологических сдвигов. Позднее П. Бард усовершенствовал эту схему, которая и легла в основу теории Кеннона–Барда. Изучение эмоционального поведения подготовило открытие Кенноном одного из важнейших принципов, объясняющих саморегуляцию жизни организма – принципа гомеостаза.

КЕТТЕЛЛ Джеймс Маккин (1860–1944) – американский психолог. Ему принадлежат классические исследования объема внимания. Он был одним из основателей психологического тестирования, введя в науку само понятие «тест» в его современном смысле. Кеттелл создал целую систему тестов, направленных на изучение широкого круга психических функций. Он стал первым в мире профессором психологии (в Пенсильванском университете).

КЕТТЕЛ Раймонд Бернард (1905) – англо-американский психолог, создатель оригинальной факторной теории черт личности. Ученик Ч. Спирмена, Кеттел выдвинул теорию развития человека, которая объединяет темперамент, интеллектуальные и динамические аспекты личности с окружением, обстановкой и культурными влияниями. Ему принадлежат 35 книг и 400 статей.

КЛИМОВ Евгений Александрович (1930) – российский психолог, доктор психологических наук, профессор, специалист в области психологии труда, профессионального образования и профориентации.

КОН Игорь Семенович (1928) – доктор философских наук, кандидат исторических наук, профессор РАО. Занимается проблемами социологии, теории личности, психологии юношеского возраста, антропологии детства и сексологии.

КОРНИЛОВ Константин Николаевич (1879–1957) – известный отечественный психолог, работал над созданием материалистической психологии, изучал проблемы воли и характера. Возглавлял Московский институт психологии.

КОФФКА КУРТ (1886–1941) – немецкий психолог, вместе с другими немецкими психологами является основателем гештальтпсихологии. Ему принадлежат исследования в области восприятия, обучения, развития психики и социальных взаимоотношений.

КРЕЧМЕР Эрнст (1888–1964) – немецкий психиатр и психолог, широко известен своей классификацией характеров, а также исследованиями в в области медицинской психологии и психиатрии.

ЛЕВИН Курт (1890–1947) – выдающийся немецкий психолог, создатель полевой концепции личности и принципов групповой психологии. Ему принадлежит описание наиболее распространенных стилей общения – демократического, авторитарного и попустительского, а также исследование условий, способствующих выделению лидеров, звезд и отверженных в группах.

ЛЕВИТОВ Николай Дмитриевич (1890–1972) – доктор педагогических наук (по психологии), профессор. Область исследований: психология характера, психических состояний, психология труда, педагогическая психология.

ЛЕЙТЕС Натан Семенович (1918) – известный отечественный психолог, доктор психологических наук, профессор, специалист в области дифференциальной психологии, психологии умственной одаренности.

ЛЕОНГАРД Карл (1904–1988) – немецкий невролог, психиатр и психолог. Им разработана получившая широкую популярность в психиатрии и в медицинской психологии концепция акцентуации личности.

ЛЕОНТЬЕВ Алексей Николаевич (1903–1979) – известный отечественный психолог. Разработал совместно с Л.С.Выготским культурно-историческую теорию. Его экспериментальные и теоретические работы посвящены проблемам развития психики, проблемам инженерной психологии, а также психологии восприятия, мышления и др. Выдвинул общепсихологическую теорию деятельности.

ЛИНДСЕЙ Питер – канадский когнитивный психолог, профессор университета Торонто.

ЛИЧКО Андрей Евгеньевич (1926) – советский психиатр, заслуженный деятель науки РСФСР, основатель первой в нашей стране подростковой психиатрической клиники.

ЛОКК Джон (1632–1704) – выдающийся английский философ и психолог. Он заложил основы нового, эмпирического направления в психологии. Постулат Локка гласит, что «в сознании нет ничего, чего бы не было в ощущениях».

ЛОМБРОЗО Чезаре (1835–1909) – итальянский психиатр, криминалист, основатель итальянской школы, объясняющей общественные явления биологическими факторами (наследственностью).

ЛОМОВ Борис Федорович (1927–1979) – советский психолог, развивший системный подход в применении к анализу психических процессов. Один из основоположников создания инженерной психологии в нашей стране. Основатель и первый директор Института психологии АН СССР (ныне РАН).

ЛУРИЯ Алексей Романович (1902–1977) – выдающийся отечественный психолог, один из основателей современной нейропсихологии. Он занимался многими проблемами в разных областях психологии. Основной вклад А.Р. Лурия в развитие психологической науки заключается в разработке теоретических основ нейропсихологии, что выразилось в его теории системной динамической локализации высших психических функций и их нарушений при повреждении мозга. Им были проведены исследования по нейропсихологии речи, восприятия, внимания, памяти, мышления, произвольных движений и действий.

МАСЛОУ Абрахам Харольд (1908–1970) – известный американский психолог. Один из основателей гуманистической психологии. Автор иерархической классификации потребностей человека. Дал описание личностных особенностей самоактуализирующихся людей – независимости, креативности, философского мировосприятия, демократичности в общении, продуктивности и др.

МАТЮШКИН Алексей Михайлович (1927 – 2004) – известный отечественный психолог, доктор психологических наук, профессор, специалист в области проблем мышления и творчества, проблемного обучения и детской одаренности.

МЕРЛИН Вольф Соломонович (1892–1982) – известный отечественный психолог, занимался проблемами дифференциальной психологии и психофизиологии, создал оригинальную концепцию темперамента человека.

МИД Джордж (1863–1931) – американский философ, один из основателей современной социальной психологии. Главным достижением Мида была его попытка показать, как в процессе социального взаимодействия формируется человеческое самосознание.

МЯСИЩЕВ Владимир Николаевич (1893–1973) – известный советский психиатр и психолог. Занимался исследованиями в области нейрофизиологии, изучением индивидуальных психических особенностей человека, типологией личности и характера. Разработал теорию отношений.

НАЙСЕР Ульрих (1928) – американский психолог, один из создателей когнитивной психологии. Он рассматривал познание и восприятие как специфические формы активности, осуществляемые с помощью особого рода психологических образований – «схем», формирующихся в течение жизни.

НЕБЫЛИЦИН Владимир Дмитриевич (1930–1972) – советский психолог, доктор психологических наук, профессор, видный исследова-

тель психофизиологических основ индивидуальных различий. Заложил основы дифференциальной психологии.

НОРМАН Дональд – американский когнитивный психолог, профессор Калифорнийского университета.

ОЛДЗ Джеймс (1922–1976) – выдающийся американский психолог и нейрофизиолог, открыл совместно с другими исследователями эмоциональную карту мозга.

ОЛПОРТ Гордон (1897–1967) – выдающийся американский психолог, один из основателей диспозиционного направления в теории личности, дал свое определение личности. Разработал теорию личности на основе понятий «Я» и «самоактуализация». Инициатор разработки системного подхода к изучению личности.

ОРЛОВ Юрий Михайлович – отечественный психолог, доктор психологических наук, кандидат философских наук. Создатель теории и практики саногенного мышления.

ПАВЛОВ Иван Петрович (1849–1936) – выдающийся русский физиолог, автор учения о высшей нервной деятельности, о двух сигнальных системах человека, о типах высшей нервной деятельности и др.

ПЕТРЕНКО Виктор Федорович (1948) – современный российский психолог, специалист в области психологии сознания и психосемантики, основатель нового направления в психологии – экспериментальной психосемантики, доктор психологических наук, профессор.

ПЕТРОВСКИЙ Артур Владимирович (1924) – известный российский психолог, доктор психологических наук, профессор, академик РАО, заслуженный деятель науки. Специалист в области психологии личности, теоретической и социальной психологии, автор ряда учебников.

ПИАЖЕ Жан (1896–1980) – выдающийся швейцарский психолог, выдвинул концепцию стадийного развития психики ребенка, разработал операциональную концепцию интеллекта. В своих исследованиях он старался доказать, что развитие мышления связано с трансформацией внешних действий во внутренние, которые превращаются в операции. Исследования Ж. Пиаже способствовали созданию научного направления, названного им генетической эпистемологией.

ПОНОМАРЕВ Яков Александрович (1920–1997) – крупный отечественный исследователь творческого мышления. Пономарев выделил два вида опыта человека: интуитивный и логический. Известны

его эксперименты по изучению интуитивного мышления. Автор теории творческого мышления.

РИБО Теодюль (1839–1916) – французский психолог, один из основателей французской экспериментальной психологии. Разрабатывал проблемы внимания, воображения, понятий, а позднее обратился к проблемам аффекта и эмоций. Открыл закон регрессии памяти (закон Рибо). Специалист в области изучения воображения.

РОДЖЕРС Карл Рэнсом (1902–1987) – выдающийся американский психолог, один из основателей гуманистической психологии. Разработал недирективную психотерапию, центрированную на клиенте. В качестве ядра личности рассматривал «Я-концепцию» представленную динамикой соотношения «Я-реальное» и «Я- идеальное».

РОРШАХ Герман (1884–1922) – швейцарский психиатр, создатель проективного теста цветовых пятен, который носит его имя. Тест основан на человеческой склонности проецировать истолкования и чувства на неоднозначные стимулы, в этом случае – чернильные пятна. В экспериментах участвовало 300 психически больных и 100 нормальных людей.

РУБИНШТЕЙН Сергей Леонидович (1889–1960) – советский психолог и философ. Его исследования посвящены проблемам восприятия, мышления и др., был непревзойденным систематизатором (учебник «Основы общей психологии», удостоенный Государственной премии, до сих пор лучший учебник по психологии).

РУБЦОВ Виталий Вениаминович (1948) – отечественный психолог, доктор психологических наук, академик РАО. Занимается проблемами развивающего образования, коммуникативно-ориентированных учебных средств и систем группового обучения.

РУСАЛОВ В.М.– современный отечественный психолог, специалист в области дифференциальной психологии, создатель структурно-типологической модели темперамента.

САЙМОН Герберт (1916–2001) – американский психолог, профессор компьютерных наук и психологии университета Корнеги-Мелон, лауреат Нобелевской премии в области экономики. Является одним из лидеров информационного подхода к психологии. Разработал ряд информационных моделей мышления человека, в том числе Общий решатель задач, Общий индуктор правил. Развил также модель мышления профессионала.

СЕЛЬЕ Ганс (1907–1982) – канадский биолог и врач. Разработал учение о стрессе, основанное на понимании общего адаптационного синдрома. При экспериментальных исследованиях человека в

экстремальных условиях на основании учения Селье были выделены различные формы стресса и выделено понятие психологического стресса.

СЕЧЕНОВ Иван Михайлович (1829–1905) – русский физиолог и психолог. Разработал естественно-научную теорию психической регуляции поведения («Рефлексы головного мозга»).

СИМОНОВ Павел Васильевич (1926) – современный российский физиолог, доктор медицинских наук, профессор. Специалист в области изучения эмоций, автор потребностно-информационной теории эмоций.

СКИННЕР Беррес Фредерик (1904–1990) – американский психолог, виднейший представитель современного бихевиоризма. Выдвинул концепцию «оперантного» научения. На основе своих экспериментов он сформулировал принципы программированного обучения.

СМИРНОВ Анатолий Александрович (1894–1980) – известный отечественный психолог, автор многочисленных работ по проблемам памяти. Он возглавлял Московский институт психологии около 30 лет и заслужил славу выдающегося организатора и руководителя одного из самых продуктивных научных коллективов.

СПИРМЕН Чарльз (1863–1945) – английский психолог, разработал цикл статистических методов для измерения структуры интеллекта. Предложил двухфакторную теорию интеллекта.

СТОЛИН Владимир Викторович (1945) – современный российский психолог, доктор психологических наук, профессор, специалист в области самосознания, психологии семьи.

ТАЛЫЗИНА Нина Федоровна (1923) – отечественный психолог, доктор психологических наук, профессор, академик РАО. Все ее исследования связаны с разработкой деятельностной теории обучения (моделирования, программированного обучения, усвоения знаний и др.).

ТАРТ Чарльз (1931) – американский психолог, занимается исследованиями различных состояний сознания.

ТЕПЛОВ Борис Михайлович (1896–1965) – известный отечественный психолог. Занимался проблемами восприятия, представления и мышления. Проводил исследования индивидуальных различий, разработал концепцию способностей. В своих исследованиях значительное место уделял психологии искусства.

ТЕРСТОУН Луис Леон (1887–1955) – американский психолог, психометрист, один из первых стал применять математические методы

в психологии и социологии. Наибольшую известность принесли ему исследования интеллекта путем множественного факторного анализа.

ТИХОМИРОВ Олег Константинович (1933–2001) – российский психолог, специалист по мышлению, в течение ряда лет заведывал кафедрой общей психологии факультета психологии МГУ.

ТОРНДАЙК Эдуард Ли (1874–1949) – американский психолог и педагог. Первая работа Торндайка «Ум животных» явилась важной вехой на пути внедрения объективного метода в исследование процесса научения.

ТОРРЕНС Е.П. – современный американский психолог, исследователь креативности, разработчик одного из наиболее известных в настоящее время тестов креативности, носящего его имя.

УЗНАДЗЕ Дмитрий Николаевич (1886–1950) – грузинский психолог и философ, разработавший общепсихологическую теорию установки. Он разрабатывал также вопросы психотехники, педологии, возрастной и педагогической психологии, зоопсихологии. Особое внимание уделял исследованиям языка, образованию понятий и их усвоению.

УОТСОН Джон (1878–1958) – американский психолог, основоположник бихевиоризма. В противовес интроспективной психологии предложил опираться исключительно на объективные методы, требования к которым разработаны в естественных науках, а в качестве предмета психологии рассматривал поведение человека от рождения до смерти.

УХТОМСКИЙ Алексей Алексеевич (1875–1942) – один из самых выдающихся русских физиологов. Он разработал одну из важнейших категорий как физиологической, так и психологической науки – понятие о доминанте. Под доминантой он понимал господствующий очаг возбуждения, который, с одной стороны, накапливает импульсы, идущие в нервную систему, а с другой – одновременно подавляет активность других центров. Механизмом доминанты Ухтомский объяснял широкий класс психических актов, а в настоящее время он широко используется в психологии, медицине и педагогике.

ФЕСТИНГЕР Леон (1919–1989) – американский психолог. Известен своими исследованиями по психологии мышления, коммуникации и др. Создатель теории когнитивного диссонанса.

ФЕХНЕР Густав Теодор (1801 -1887) – немецкий физик, психолог, философ. Один из авторов закона Вебера–Фехнера. Фехнер первый понял, что ощущение от звука и сам звук не одно и то же. Работая над

проблемой порогов чувствительности, предположил, что все стимулы по физической интенсивности можно разделить на те, которые ощущаются, и те, которые не ощущаются.

ФРАНКЛ Виктор (1905–1997) – выдающийся австрийский психиатр, невропатолог, психотерапевт и философ, создатель метода психотерапии и экзистенционального анализа, известного как логотерапия.

ФРЕЙД Зигмунд (1856–1939) – гениальный австрийский врач, психопатолог и психолог, основатель психоанализа. Создатель особого психоаналитического метода, основанного на толковании ассоциаций, сновидений, ошибочных действий больного. Создал оригинальную концепцию личности, выделив в ней три уровня: сознание, предсознание и бессознательное. Чрезмерное увлечение Фрейда проблемами сексуальности в жизни человека вызывало очень много нареканий и служило поводом для критики.

ФРОММ Эрих (1900–1980) – известный немецко-американский психолог, философ и социолог, один из главных теоретиков неофрейдизма. Изучал проблемы социального характера.

ХЕББ Дональд Оулдинг (1904–1985) – выдающийся канадский психолог. Его работы касаются системы нейронов мозга. Он расширил представления о психических процессах и указал перспективный путь, по которому уже почти пятьдесят лет идут современные исследователи.

ХЕННИНГ ХОМСКИЙ Ноэм (1928) – современный американский лингвист, автор трансформационной грамматики. Хомский опирался на представление о поверхностной и глубинной структуре предложений. Поверхностная структура – та, которую мы слышим, глубинная же связана со смыслом. Эта модель затем была перенесена на функционирование психики и использована в экспериментальных исследованиях.

ХОРНИ Карен (1885–1952) – известный немецко-американский психолог, создатель одного из вариантов неофрейдизма. В отличие от З. Фрейда Хорни пришла к выводу о доминирующем влиянии общества, социального окружения на развитие личности человека. Она исходит из того, что доминирующими в структуре личности являются не инстинкты агрессии и либидо, а бессознательное чувство тревоги, которое она называет чувством коренной тревоги. Для избавления от такой тревоги Хорни разработала особую психотерапию.

ШАДРИКОВ Владимир Дмитриевич (1938) – современный российский психолог, доктор психологических наук, автор теории системогенеза способностей, академик РАО.

ШЕЛДОН Ульям Герберт (1898) – американский врач и психолог. Широко известен главным образом своей теорией основных типов темпераментов человека, в которой попытался наметить связь этих основных типов темперамента с типом его соматического строения.

ШЕРРИНГТОН Чарльз Скотт (1857–1852) – английский физиолог и психофизиолог. Лауреат Нобелевской премии. Он был первым, кто предпринял попытку экспериментально проверить теорию Джеймса–Ланге, ему принадлежит деление ощущений на экстероцептивные и интероцептивные.

ШМЕЛЕВ Александр Георгиевич – современный российский психолог, специалист по проблемам психосемантики и психодиагностики, профессор МГУ.

ШМЕЛЕВ Александр Георгиевич – современный российский психолог, специалист по проблемам психосемантики и психодиагностики, профессор МГУ.

ЭББИНГАУЗ Герман (1850–1909) – выдающийся немецкий психолог. Изучал экспериментально процессы ощущений и памяти, процессы заучивания и забывания. Вывел «кривую забывания», изобрел тест для изучения умственных способностей детей, который носит его имя.

ЭРИКСОН Эрик Хомбургер (1902–1994) – один из основателей эго-психологии. Развивая психоанализ, он внес существенные изменения в понимание движущих сил развития человеческой личности. Эриксон, не отказываясь от основ психоанализа, развил идею ведущей роли социума в развитии представлений человека о своем «Я». В развитии личности он предложил периодизацию, состоящую из 8 стадий.

ЮНГ Карл Густав (1875–1961) – выдающийся швейцарский психолог, философ и психиатр, основатель одного из направлений в психоанализе – «аналитической психологии». На основе символов сновидений Юнг предположил, что в психическом развитии человека помимо индивидуального бессознательного, существенная роль принадлежит «коллективному бессознательному». Юнг разработал также типологию характеров, в основе которой критерий направленности субъекта на внешний или внутренний мир (экстраверсия или интроверсия) и доминирование определенной психической функции (эмоции, мышления, ощущения, интуиции).

ЯРОШЕВСКИЙ **Михаил Григорьевич** (1915) – известный отечественный психолог и философ, доктор психологических наук, профессор, почетный академик РАО, действительный член АПСН, действительный член Нью-Йоркской академии наук. Признанный специалист в области историко-теоретических проблем психологии. Автор многочисленных трудов по истории психологической науки и соответствующих учебников.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ануфриев А.Ф. Психологический диагноз: система основных понятий. – М.: МГОПИ, Изд-во «Альфа», 1995. – 160 с.

2. Асмолов А.Г. Психология личности: Учебник. – М.: Изд-во МГУ, 1990. – 367 с.

3. Барабанщиков В.А. Психология восприятия: Организация и развитие перцептивного процесса. – М.: Когнито-Центр; Высшая школа психологии, 2006. – 240 с. (Университетское психологическое образование)

4. Блейхер В.М., Крук И.В. Толковый словарь психиатрических терминов: В 2 т. // Под ред. канд. мед. наук Бокова С.Н. – Ростов –на- Дону,1996 – Т. 1 -480 с., Т. 2 – 448 с.

5. Роберт А. Большой толковый психологический словарь: В 2 т. / Пер. с англ. – М.: Вече, АСТ, 2000. – Т. 1 (А–О) – 592 с.; Т. 2 (П–Я) – 560 с.

6. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии: Информ.-метод. Пособие к курсу «Психология человека». 3-е изд. – М.: Педагогическое общество России, 2003. – 276 с.: ил. 260.

7. Герасимова В.С. Методика преподавания психологии: Курс лекций. – М.: Ось -89, 2005. – 112 с.

8. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. Курс лекций. – М.: ЧеРо, 1996. – 336 с.

9. Годфруа Ж. Что такое психология: В 2-х т. / Пер. с фр. Н.Н. Алипова; Под ред. Г.Г. Аракелова. – М.: Мир, 1996. – 370 с.

10. Дружинин В.Н. Психология общих способностей. – СПб.: Питер Ком, 1999. – 368 с. (Серия «Мастера психологии»)

11. Изард К.Э. Психология эмоций /Пер. с англ. – СПб.: Питер, 1999. – 464 с.; Ил. (Серия «Мастера психологии»

12. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. – СПб.: Пите», 2002.- 512 с. (Серия «Мастера психологии»).

13. Ильин Е.П. Психология воли. – СПб.: Питер, 2002. – 288с.: ил. (Серия «Мастера психологии»).

14. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. – СПб.: Питер, 2002.- 752 с.: ил. (Серия «Мастера психологии»).

15. История психологии в лицах. Персоналии /Ред.-сост. Л.А. Карпенко. Под общ. ред. А.В. Петровского. – М.: ПЕРС СЭ, 2005. – 784 с.

16. Конюхов Н.И. Словарь-справочние. М. – 160 с.

17. Когнитивная психология. Учебник для вузов /Под ред. В.Н. Дружинина, Д.В. Ушакова. – М.: ПЕР СЭ, 2002. – 480 с.

18. Крысько В.Г. Психология и педагогика в схемах и таблицах. – Мн.: Харвест, М.: АСТ, 2000. – 384 с.

19. Леонтьев А.Н. Проблемы развития психики. – М.: Наука, 1985. – 73 с.

20. Майерс Д. Психология /Пер. с англ. И.А. Карпиков, В. А. Старовойтова; Худ. обл. М.В. Драко. – Мн.: Попурри, 2001. – 848 с.

21. Маклаков А.Г. Общая психология. – СПб., 2000. – 592 с.:ил. (Серия «Учебник нового века»)

22. Марциновская Г.Д., Ярошевский М.Г. 100 выдающихся психологов мира. – М.: Изд-во Института практической психологии, Воронеж: НП «МОДЕКС», 1996. – 320 с.

23. Немов Р.С. Психология. Учеб. для студентов высш. Пед. учеб. заведений. В 2 кн. Кн.1. Общие основы психологии. – М.: Просвещение: Владс, 1994 и посл. издания. – 576 с.

24. Петровский А.В., Брушлинский А.В., Зинченко В.П. и др. Общая психология: Учеб. для студентов пед. ин-тов / Под ред. А.В. Петровского. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Просвещение, 1986. – 464 с., ил.

25. Общая психология. Словарь // Под ред. А.В. Петровского // Психологический лексикон. Энциклопедический словарь в шести томах /Ред.-сост. Л.А. Карпенко; Под общ. ред. А.В.Петровского. – М.: ПЕР СЭ, 2005. – 251 с.

26. Педагогический энциклопедический словарь /Гл. ред. Б.М. Бим-Бад; Редкол.: М.М.Безруких, В.А.Болотов,Л.С.Глебова и др. – М.: Большая Российская энциклопедия, 2003. – 528 с.: ил.

27. Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Теоретическая психология: Учебное пособие для студентов психол. фак. высш. учеб. заведений. – М.: Академия, 2003. – 496 с.

28.Платонов К.К. Краткий словарь системы психологических понятий: Учеб. пособие для учеб. заведений профтехобразования. – 2-е изд., перераб. и доп. М.: Высш.шк., 1984. – 174 с.

29. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Уч. пособие. / Ред.-состав. Д.Я. Райгородский. – Самара, 1998 и послед .изд. – с.

30. Психологический словарь/Под ред. В.В. Давыдова, А.В. Запорожца, Б.Ф. Ломова и др. – М.: Педагогика, 1983. – 448 с., ил.

31. Психология. Словарь /Под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. – 2-е изд. испр. И доп. – М.: Политиздат, 1990. – 494 с.

32. Психология: Учебник для гуманитарных вузов /Под ред. В.Н. Дружинина. – СПб.: Питер, 2003. – 651 с.:ил. (Серия « учебник нового века»).

33. Психология: Учебник. – М.: Проспект,1999. – 584 с. (Коллектив авторов)

34. Ратанова Т.А. Домашенко И.А. Психология человека: Учебник для студентов всех специальностей педагогических вузов. – М., 1999.

35. Рогов Е.Н., Скрипкина Т.П. Общая психология: курс лекций первой ступени педагогического образования. – Ростов-на-Дону, 1995. – 464 с.

36. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – 4-е изд. – СПб.: Питер, 2002; – 720 с. (Серия «Мастера психологии»)

37. Сапогова Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов. – М.: Аспект Пресс, 2001. – 447 с.

38. Словарь практического психолога /Сост. С.Ю. Головиню – Минск: Харвест, 1997. – 800 с.

39. Словарь-справочник по возрастной и педагогической психологии / Под ред. М.В. Гамезо. – М.: Педагогическое общество России, 2001. – 128 с.

41. Соколова Е.Е. Тринадцать диалогов о психологии. Хрестоматия с комментариями по курсу «Введение в психологию». – 3-е изд. М.: Смысл, 1997. – 653 с.

42. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности (Основные положения, исследования и примечание). – СПб. Питер Пресс, 1997. – 608 с. (Серия « Мастера психологии»)

43. Юрчук В.В. Современный словарь по психологии / Авт.-сост. В.В. Юрчук. – Мн.: Элайда, 2000. – 704 с.

СОДЕРЖАНИЕ

ДЛЯ ЗАМЕТОК

Гамезо Михаил Викторович,
Герасимова Валентина Сергеевна,
Машурцева Дарья Александоровна,
Орлова Любовь Михайловна

Общая психология

Учебно-методическое пособие

Издательство «Ось-89», 109202, Москва, 2-й Карачаровский пр-д, 1/1
Лицензия на издательскую деятельность ИД № 01563 от 17.04.2000 г.

Подписано в печать 25.11.2006 г. Формат 60x88/16.
Гарнитура «Баскервиль». Печать офсетная. Физ. печ. лист. 22,0.
Заказ № 1750. Тираж 3000 экз.

Отпечатано в Подольской типографии – филиале
ОАО «Чеховский полиграфический комбинат»
142110, г. Подольск Московской области, ул. Кирова, 15