

**Министерство транспорта Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ТРАНСПОРТА (МИИТ)»**

Кафедра психологии, социологии, государственного
и муниципального управления

**О.А. МУСАТОВА
ПСИХОЛОГИЯ**

УЧЕБНОЕ ПОСОБИЕ

МОСКВА – 2017

**Министерство транспорта Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ТРАНСПОРТА (МИИТ)»**

Кафедра психологии, социологии, государственного
и муниципального управления

**О.А. МУСАТОВА
ПСИХОЛОГИЯ**

*Учебное пособие
для бакалавров направления «Психология»*

МОСКВА – 2017

УДК 15
М 91

Мусатова О.А. Психология: Учебное пособие. – М.: РУТ (МИИТ), 2017. - 94 с.

В учебном пособии учтены основные тенденции развития современной психологической науки, использованы знания современных тенденций отечественного и зарубежного опыта в области психологических основ жизнедеятельности современного человека. Уделено внимание психическим познавательным процессам, эмоциональным реакциям и состояниям, волевому компоненту личности, характеру и темпераменту, а также психологическим основам общения и группового взаимодействия.

Содержание пособия соответствует Федеральному государственному образовательному стандарту высшего профессионального образования третьего поколения и отражает задачи преподавания дисциплины «Психология».

Предназначено для студентов высших учебных заведений.

Рецензенты:

1. Начальник кафедры ИБ УНК ИТ Московского университета МВД России им. В.Я. Кикотя, кандидат психологических наук **Е.М.Шпагина**.

2. Доцент кафедры «Политология, история и социальные технологии» РУТ (МИИТ), кандидат политических наук **А.М. Новожилов**.

© РУТ (МИИТ), 2017

ВВЕДЕНИЕ

Любой человек, основываясь на собственном опыте, отдает себе отчет в том, что он так или иначе способен воспринимать, познавать окружающий мир. Мы слышим пение птиц, звуки музыкальных инструментов, человеческую речь и т.п. Мы видим различные предметы, деревья, других людей, животных и т.п., различаем цвет и форму предметов. Мы ощущаем аромат цветов и запах бензина и уж никак не спутаем вкусовые ощущения, получаемые от сахара и соли. Каждый человек знает, что такое размышлять над прочитанной книгой, обдумывать свои действия на завтра, соображать при решении трудной задачи. Мы можем вызвать в памяти образ знакомого человека, вспомнить учебный материал. Мы способны представить и то, что никогда в жизни не воспринимали и даже вообразить то, что вообще нет.

Человек не только познает окружающий мир, но и имеет свое собственное отношение к предметам и явлениям этого мира. Он не бесстрастно воспринимает окружающее, а переживает при этом определенные чувства и эмоции.

Но человек не только воспринимает окружающий мир и как-то относится к нему, он и действует в этом мире, проявляя свою активность, принимает решения, стремится к цели, проявляет инициативу и настойчивость в преодолении трудностей, препятствий, иначе говоря, осуществляет волевою деятельность.

Наконец, каждый человек отличается от других, один интересуется музыкой, другой - спортом; один проявляет способности в области математики, а другой - в области

литературы; один горяч, вспыльчив, несдержан, другой спокоен и невозмутим. Все это - восприятие, память, мышление, воображение, чувства и воля, проявления темперамента - явления человеческой психики. А наука, изучающая их, называется психологией.

В повседневной жизнедеятельности современной личности важное значение имеет человеческий фактор во всем его разнообразии психического мира. Решая многообразные задачи в повседневной жизни, профессиональной и учебной деятельности человек сталкивается с самыми различными проявлениями психологических особенностей, поэтому их знание и понимание способно повысить эффективность всей жизнедеятельности.

ГЛАВА I «Предмет, цель и задачи психологической науки. История развития психологии, ее основные отрасли и методы»

§1.1 «Общие представление о психологии как науке: предмет, цель и задачи психологии»

Слово «психология», образованное из греческих слов «психе» (душа) и «логос» (учение, наука), впервые появилось только в XVIII веке в работе немецкого философа Христиана Вольфа.

Психология - наука о психике. Ее можно также определить как науку, изучающую процессы активного отражения человеком объективной реальности в форме ощущений, восприятий, мышления, чувств и других процессов и явлений психики.

Предметом психологии являются факты, закономерности и механизмы психики. **Психика** – это свойство высоко организованной материи, субъективное отражение объективного мира, необходимое человеку или животному для активной деятельности в нем и управлении своим поведением.

Психическое отражение обеспечивает целесообразность поведения и деятельности, в то же время сам психический образ формируется в процессе предметной деятельности.

Функции психики: отражение окружающего мира и регуляция поведения и деятельности живого существа в целях обеспечения его выживания.

Психика является свойством мозга. Психическая деятельность организма осуществляется множеством физиологических механизмов. Одни из них воспринимают воздействия, другие преобразуют их в сигналы, строят план

поведения и контролируют его, третьи - придают поведению энергию и стремительность, четвертые - приводят в действие мышцы и т. д.

Нервная система функционирует как единое целое. Однако отдельные функции приурочены к деятельности ее определенных зон: управление простейшими двигательными реакциями осуществляется спинным мозгом, координация более сложных движений - стволовой частью мозга и мозжечком, сложная психическая деятельность - корой больших полушарий.

Сознание – это высшая форма психики, необходимая для организации общественной и индивидуальной жизни людей, для их совместной трудовой деятельности. Здесь психология проявляется как совокупность типичных для человека или группы людей, способов поведения, общения, познание окружающего мира, убеждение и предпочтение черт характера.

§1.2 «Общие представления о психологии, как науке: история развития, методологические основы»

Психология прошла длинный путь развития, происходило изменение понимания объекта, предмета и целей психологии. Основными этапами являются:

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

II этап - **психология как наука о сознании**. Возникает в XVII веке в связи с развитием естественных наук. Способность думать, чувствовать, желать называли

сознанием. Основным методом изучения считалось наблюдение человека за самим собой и описание фактов.

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

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

Основные направления, концепции и теории психологии:

- **психоанализ** (Фрейд, Хорни, Адлер, Юнг, Фромм, Райх и др) - первоначально сложился как метод лечения неврозов, основная его идея – поведение человека определяется не только и не столько сознанием, сколько бессознательностью. Пути проявления бессознательного – ассоциации, сны, случайные действия в нашей жизни;

- **бихевиоризм** (Джон Уотсон, Скиннер) – направление американской психологии отрицающее сознание, как предмет психологии и сводящее психику к различным формам поведения. Поведение – это совокупность реакций организма на стимулы внешнего мира. Они отрицали сознание. Бихевиористы считали, что человек подобен животному и его реакции подобны животному. Торндайк показал, что научение во многих случаях может быть результатом проб и ошибок. Любое поведение определяется своими последствиями;

- **гештальт-психология** (М. Верткаймер, К. Коффка, В. Келлер) - это направление возникло в

Германии. С точки зрения авторов, предметы, составляющие наше окружение, воспринимаются чувствами не в виде отдельных объектов, а как организованное целое. Основные два понятия гештальт психологии: фигура и фон. Фигура – замкнутая, выступающая вперед, привлекающая внимание часть, а фон окружает фигуру и кажется непрерывно продолжающимся за ней;

- **гуманистическая психология** (Роджерс, Маслоу) (экзистенциальная психология) – основные понятия: личность, как уникальная ценностная система, которая представляет собой ни ничто заранее данное, а открытую возможность самоактуализации.

Традиционно в качестве отраслей психологии выделяют социальную, педагогическую, возрастную, инженерную психологию, психологию труда, клиническую психологию и психофизиологию, дифференциальную психологию.

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

Возрастная психология изучает закономерности развития нормального здорового человека, психологические особенности и закономерности, присущие каждому возрастному периоду: от младенчества до старости, и в связи с этим делится на

детскую психологию, психологию юности и зрелого возраста, геронтопсихологию (психология старости).

Детская психология изучает развитие сознания, психических процессов, деятельности, всей личности растущего человека, условия ускорения развития.

Можно выделить ряд отраслей психологии, изучающих психологические проблемы конкретных видов человеческой деятельности: **психология труда** рассматривает психологические особенности трудовой деятельности человека, закономерности развития трудовых навыков. **Инженерная психология** изучает закономерности процессов взаимодействия человека и современной техники с целью использования их в практике проектирования, создания и эксплуатации автоматизированных систем управления, новых видов техники. **Авиационная, космическая психология** как специфичные области инженерной психологии анализируют психологические особенности деятельности летчика, космонавта.

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

§1.3 «Краткая характеристика методов психологии»

Основными исследовательскими методами в психологии - как и в естествознании в целом - являются **наблюдение и эксперимент**. В психологии каждый из этих общих методов выступает в различных формах; существуют разные виды наблюдения и эксперимента.

К специфическим научно-исследовательским методам психологии относятся методы тестирования, опроса, анализа продуктов деятельности. Широкое применение в психологии нашли также методы математического моделирования, статистический анализ и др.

Метод наблюдения - это преднамеренное, систематическое и целенаправленное восприятие внешнего поведения человека с целью его последующего анализа и объяснения. *Объективное наблюдение* в психологии направлено не на внешние действия сами по себе, а на их психологическое содержание; здесь внешняя сторона деятельности лишь исходный материал наблюдения, который должен получить свою психологическую интерпретацию и быть осмыслен в рамках определенной теории.

Метод эксперимента является одним из основных методом психологии. Эксперимент – это исследовательская стратегия, при которой осуществляется целенаправленное отслеживание какого-либо процесса в ситуации регламентированного изменения его отдельных характеристик и условий протекания. Основная задача психологического эксперимента заключается в том, чтобы сделать доступным для объективного внешнего восприятия существенные особенности внутреннего психического процесса.

К объективным методам психологии относится также **тестирование**, используемое для целей психологической диагностики, для распознавания или оценки состояний, особенностей, характеристик конкретного человека, группы людей, той или иной психической функции и т.д. Существует особая область психологии - *тестология*.

Метод опроса используется в психологии в двух формах: *анкетирования и беседы* (интервью). Источником информации в опросе являются письменные или устные суждения индивида. Для получения более достоверной информации создаются специальные опросники, позволяющие получить ту информацию, которая соответствует определенной гипотезе, и эта информация должна быть максимально надежной.

Если опрос проводится письменно с использованием анкеты, то говорят о **методе анкетирования**, преимущество которого состоит в том, что в нем одновременно может участвовать группа лиц. Полученные в ходе анкетирования данные могут быть статистически обработаны.

Получение информации в процессе непосредственного общения исследователя с опрашиваемым характерно для **метода беседы** (интервью). Беседа является более «психологичной» формой опроса, так как в ней имеет место взаимодействие субъектов, подчиненное определенным социально-психологическим закономерностям.

Метод анализа результатов деятельности исходит из общей предпосылки о связи внутренних психических процессов и внешних форм поведения и деятельности. Изучая объективные продукты деятельности, можно делать выводы о психологических особенностях ее субъекта или субъектов.

В психолингвистике разработан вариант **метода анализа продуктов деятельности - контент-анализ**, позволяющий выявлять и оценивать специфические характеристики литературных, научных, публицистических текстов и на их основе определять

психологические характеристики их автора. Специфической формой метода анализа результатов деятельности выступает **графология**. Психологи установили, что характеристики почерка связаны с определенными психологическими свойствами автора письма; ими были разработаны нормы и приемы психологического анализа почерка.

Контент-анализ и графология представляют собой научно обоснованные, формализованные и стандартизованные формы метода анализа результатов деятельности. Пользование этими методами предполагает специальную подготовку исследователя, психологическую практику их использования.

Трудно представить наши собственные психологические знания без **метода самонаблюдения**. Самонаблюдению открываются собственные переживания, чувства, мысли, отношения, образы, представления, желания, волевые процессы и т.п. Однако требуется особая внутренняя работа по их осмыслению, истолкованию, пониманию, расчленению. Не все люди одинаково способны к такого рода работе. Различия между людьми в этом отношении заключаются в уровне их самосознания и рефлексии.

ГЛАВА II «Психические познавательные процессы»

§2.1 «Понятие ощущения и восприятия»

Психика многообразна в своих формах и проявлениях. Основные психологические феномены существуют в форме процессов, состояний и качеств, каждое из которых может быть индивидуальным и групповым, внутренним (психическим) и внешним (поведенческим).

Психическими явлениями, обеспечивающими первичное отражение и осознание человеком воздействий окружающей действительности являются психические процессы. Их принято подразделять на познавательные, эмоциональные и волевые.

Ощущение дает человеку знание об отдельных качествах предметов. Благодаря ощущениям человек узнает свойства окружающих его вещей, их запах и вкус, твердость или мягкость, тяжесть, температуру, цвет, звуки, издаваемые ими. Ощущения позволяют судить и об изменениях в нашем теле (ощущение боли, голода, положения и движения отдельных органов)

Ощущение - простейший психический процесс, который является отражением отдельных качеств предметов реального мира и возникает в результате непосредственного воздействия этих предметов на органы чувств человека.

Ощущения характеризуются:

- качеством (отличием одного вида ощущений от другого);

- интенсивностью (силой воздействия на органы чувств);

- длительностью (временем, в течение которого оно продолжается);

- чувственным тоном (чувством приятного или неприятного).

На ощущениях основаны более сложные познавательные процессы: восприятие, представление, память, мышление, воображение. Ощущения являются **чувственной базой** нашего познания.

Ощущения и возникающие на их основе восприятия и представления есть как у животных, так и у человека. Однако ощущения человека и животных различны.

В ощущениях отражаются действительные объективные качества реальных явлений: их *специфика, интенсивность, пространственное расположение и длительность действия*. Но это отражение характеризуется определенной мерой субъективизма.

Таким образом, процесс ощущений - это не одноактное пассивное отражение того или иного свойства, а активный процесс, сложнейшая деятельность анализатора, имеющая определенную структуру.

Ощущения не только информируют об отдельных свойствах явлений и предметов, но и выполняют функцию активизации мозга.

Классификация ощущений. Все ощущения делятся на три группы:

1) ощущения свойств предметов и явлений, *находящихся вне нас*. Рецепторы этих ощущений находятся на поверхности тела - **экстерорецепторы**, вот почему внешние ощущения называют *экстерорецептивными*. К ним относятся *зрительные, слуховые, обонятельные, вкусовые и кожные ощущения*;

2) ощущения движения, положения частей

нашего тела. Рецепторы этих ощущений *находятся в мышцах, сухожилиях* - это **проприорецепторы** (от лат. proprio - собственный);

3) ощущения состояния внутренних органов - *органические ощущения*. Рецепторы этих ощущений *находятся во внутренних органах* - **интерорецепторы**.

В первую группу ощущений входят *дистантные и контактные* ощущения. К *дистантным* ощущениям относятся: зрительные; слуховые; обонятельные. К *контактным* ощущениям относятся: вкусовые; кожные, которые, в свою очередь, делятся: на ощущения прикосновения, или тактильные и температурные (ощущения холода и тепла имеют различные рецепторы), болевые ощущения.

Основным в данной теме является вопрос о *психофизиологических закономерностях* ощущения. К ним относится *порог ощущений*:

- *Абсолютный* порог ощущения - величина раздражителя, вызывающая ощущение.

- *Нижний* порог ощущения - минимальная величина или сила раздражителя, которая способна вызвать в анализаторе нервное возбуждение, достаточное для возникновения ощущения. Чем меньше его величина, тем выше чувствительность анализатора.

- *Верхний* порог – максимальная величина, сверх которой раздражение перестает ощущаться.

- *Разностный порог* – наименьшее различие между раздражителями, которую человек способен различить.

Величины порогов изменяются в зависимости от различных условий: характера деятельности, возраста, функционального состояния рецептора, силы и длительности раздражения и т.д.

Различают две формы изменения чувствительности, одна из которых зависит от условий среды (адаптация), а другая от условий состояния организма (сенсбилизация).

Адаптация- приспособление чувствительности к постоянно действующему раздражителю, проявляющееся в понижении или в повышении порогов. Рецепторы при длительном воздействии на них раздражителя приспособляются к нему.

Сенсбилизация- повышение чувствительности в результате взаимодействия анализаторов в процессе упражнения. При сенсбилизации чувствительность зависит от самого организма.

Познавая окружающую действительность, мы встречаемся с предметным миром, где каждый предмет выступает в совокупности различных свойств и частей.

Восприятие - это отражение предметов и явлений в целостном виде благодаря осознанию их опознавательных признаков.

В отличие от ощущений, которые отражают отдельные свойства предмета, восприятие отражает предмет в целом, в совокупности его свойств. Оно представляет собой качественно новую ступень чувственного познания, которое не сводится к сумме отдельных ощущений или сенсорных данных, а определяется многосвязными отношениями типа объект - субъект и субъект - объект.

Особенности восприятия:

- *предметность* (относительная независимость воспринимаемых характеристик объектов от параметров раздражения рецепторных поверхностей органов чувств);

- *целостность* (свойство восприятия, состоящее в том, что всякий объект, а тем более пространственная ситуация воспринимаются как устойчивое системное целое);

- *константность* (относительная независимость воспринимаемых характеристик объектов от параметров раздражения рецепторных поверхностей органов чувств);

- *осмысленность* (причисление воспринимаемого предмета к определенной группе, классу, обобщение его в слове);

- *избирательность* (преимущественное выделение человеком одних объектов по сравнению с другими, зависящее от особенностей его личности);

- *апперцепция* (зависимость восприятия от прошлого опыта, от общего содержания психической деятельности человека и его индивидуальных особенностей).

Образы восприятия построены на основе различных ощущений, однако не сводятся к простой сумме этих ощущений. Восприятие ***связано с пониманием и осмыслением образа***. Образы восприятия подвергаются обобщению в речи. Благодаря словесным обозначениям мы осознаем окружающие нас предметы.

Восприятие, так же как ощущение, не пассивный процесс, не фотографическое отражение предметов окружающей действительности, оно ***осуществляется в форме действия***, то есть связано с обследованием воспринимаемого объекта.

Восприятия классифицируются в зависимости от модальности рецепторов на: *зрительные; слуховые; кинестетические; обонятельные; осязательные.*

В отличие от ощущений восприятия могут быть сложными и комплексными.

При одновременной работе нескольких анализаторов возникают такие сложные восприятия, как *зрительно-слуховые, двигательно-зрительные и тактильно-двигательные* (осязание). К сложным видам восприятия относится также восприятие пространства и времени.

В зависимости от участия воли в процессе восприятия, восприятие делится на:

- *непроизвольное* (непреднамеренное, не связанное с волевым напряжением и заранее поставленной целью);
- *произвольное* (преднамеренное, целенаправленное).

По форме существования материи выделяют: *восприятие пространства; восприятие времени; восприятие движения.*

В процессе активной познавательной деятельности восприятие приобретает целенаправленный, планомерный, увлекающий личность характер - становится наблюдением.

§2.2 «Общая характеристика различных видов и процессов памяти»

Память - это психический процесс запечатления, сохранения и воспроизведения следов прежнего опыта, отражение прошлого взаимодействия с действительностью.

Каждое доходящее до мозга впечатление оставляет определенный след. Одни из них запечатлеваются на короткий срок (*кратковременная память*), другие - на длительный срок (*долговременная память*). Следы от воздействующих на нас раздражителей не исчезают, а существуют в памяти в скрытом (латентном) состоянии и под влиянием определенных факторов могут воспроизводиться.

Память - один из важнейших психических процессов, он тесно связан со всем комплексом психических процессов человека, особенно с восприятием и мышлением.

Различаются **формы памяти** - *произвольная и произвольная* и **процессы памяти** - *запоминание, сохранение, воспроизведение и забывание*.

Виды памяти подразделяются на *образную*, или *непосредственную (прямую)*, и *логическую (косвенную)*.

Образная память в зависимости от модальности анализатора может быть *зрительной, слуховой и двигательной*. Известна также *эмоциональная* память - сохранение и воспроизведение пережитых человеком чувств.

Все виды памяти взаимосвязаны и в процессе деятельности функционируют комплексно, образуя системы памяти.

Типы памяти - это ее индивидуальные особенности. У различных людей следы памяти могут отличаться:

- разной прочностью;
- в процессе запоминания преобладают различные анализаторы (зрительный, слуховой);
- у разных людей неодинаковое соотношение памяти с мышлением.

Одни запоминают материал непосредственно, другие стремятся использовать логические средства. У одних память близка к восприятию, у других - к мышлению. И это гораздо существеннее, чем различие по преобладанию зрительного или слухового вида памяти. Чем выше уровень умственного развития человека, тем больше его память приближается к мышлению. Интеллектуально развитый человек запоминает преимущественно на основе логических операций.

Характеризуя *качества памяти*, выделяют: *скорость запоминания, точность воспроизведения, прочность сохранения, готовность к воспроизведению, объем запоминания, длительность сохранения.*

Материал, доступный для непосредственного запоминания и воспроизведения (механического запоминания), ограничен. Исследования показывают, что человек удерживает в памяти и воспроизводит лишь три-четыре изолированных элемента. Ограниченность доступного для удержания и воспроизведения объема информации объясняется торможением, которое испытывают одни следы памяти со стороны других.

Побочные раздражители тормозят следы, ограничивают объем сохраняемых следов. Опыты, в процессе которых испытуемому предлагают словарный ряд, показали, что первые и последние слова запоминаются лучше, а средние гораздо хуже («фактор края»).

Это объясняется тем, что первые элементы не испытывают торможения со стороны как предшествующих элементов ряда (это называется

проактивным торможением), так и последующих (*ретроспективное торможение*).

Взаимовлиянием возбуждения и торможения объясняется и такое явление памяти, как *реминисценция*, улучшенное отсроченное воспроизведение, когда после определенного отдыха человек может воспроизвести больше элементов, чем сразу же после восприятия материала. За время отдыха снимается побочное проактивное и ретроактивное торможение.

У человека в процессе деятельности часто возникает необходимость специально запомнить что-либо и воспроизвести это в соответствующих условиях (произвольное запоминание).

§2.3 «Понятие мышления»

Мышление можно определить как *психический процесс познавательной деятельности, характеризующийся обобщенным и опосредованным отражением действительности, благодаря которому человек отражает предметы и явления в их существенных признаках и раскрывает их взаимосвязи.*

Отражение объективной действительности на мыслительной ступени познания происходит значительно сложнее, чем на уровне ощущений, восприятий. Оно носит опосредованный характер. Человек отражает в своем сознании не внешние особенности предметов, явлений, а саму их сущность, взаимные связи, отношения.

Мышление неразрывно связано с чувственным познанием. Однако в процессе мышления человек выходит за рамки чувственного познания. Мышление

начинается там, где чувственное познание оказывается уже недостаточным или бессильным.

Первый признак мышления состоит в том, что оно является *процессом опосредованного сопоставительного отражения действительности*.

Человек никогда не видел элементарной частицы, никогда не был на Марсе, но в результате мышления он получил (по косвенным признакам) определенные сведения и об элементарных частицах, и об отдельных свойствах планеты Марс.

Мышление - это опосредованное выявление устойчивых, существенных связей и отношений между вещами.

Мышление - *это процесс оперирования знаками*: в исследуемых явлениях, проблемных ситуациях необходимо распознавать информационные сигналы, признаки скрытых сторон и взаимозависимостей. Так, по следам ног, обнаруженным на месте происшествия, следователь может судить о росте и весе человека, оставившего эти следы, тяжести переносимого им груза, его физических недостатках и даже о его психическом состоянии.

Второй признак мышления заключается в том, что оно является *обобщенным познанием действительности*.

Познавая мир, человек обобщает результаты чувственного опыта, отражает общие свойства вещей. Выявляя свойства повторяющихся в группе явлений, он приходит к выводу, что все такого рода явления обладают данными свойствами. Для познания окружающего мира недостаточно лишь заметить связь между двумя фактами, необходимо установить, что эта связь определяется общими свойствами вещей.

Мышление - психический процесс опосредованного и обобщенного отражения устойчивых, закономерных связей действительности.

В мышлении человек отражает и сам себя - осуществляет саморефлексию, необходимую для самоконтроля и саморегуляции. Саморефлексия индивида определяет уровень его притязаний, оценку им своих возможностей, выдвижение своих основных жизненных целей; саморефлексия является способностью человека корректировать свое поведение в соответствии с условиями среды и устойчивыми личностными позициями.

К общим закономерностям мышления относится:

- *проблемность*, то есть оно всегда направлено на разрешение какой-либо проблемы, при этом непрерывно взаимодействуют анализ и синтез, используются имеющиеся обобщения и устанавливаются новые взаимосвязи;

- *типичность* проблемной ситуации, то есть человек прогнозирует развитие событий, воссоздает недостающие звенья реконструируемой ситуации, селективно (избирательно) актуализирует знания, в данный момент ему необходимые. Индивид использует наиболее вероятные схемы развития событий. Для решения сложных задач он строит высоковероятные гипотезы, организующие познавательный поиск.

Процесс мышления представляет собой сложную умственную деятельность, включающую следующие **мыслительные операции**: анализ, синтез, сравнение,

абстрагирование, обобщение, конкретизацию, классификацию, систематизацию.

В зависимости от содержания решаемой задачи в психологии принято выделять:

- *мышление интуитивное*, характеризующееся быстротой протекания, отсутствием четко выраженных этапов, минимальной осознанностью;

- *мышление наглядно-действенное*, характеризующееся тем, что решение задачи осуществляется с помощью реального, физического преобразования ситуации, опробования свойств объектов;

- *мышление наглядно-образное*, связанное с представлением ситуаций и изменений в них;

- *мышление абстрактно-логическое* (отвлеченное, словесно-логическое), характеризующееся использованием понятий, логических конструкций.

Индивидуальные особенности мышления можно оценить, если выявить его качества. Они связаны с особенностями сочетания и уровня развития различных видов мышления. В психологии обычно рассматривают следующие **качества мышления**: *самостоятельность; глубину; широту; критичность; быстроту; конструктивность.*

Качества мышления не являются врожденными, данными от природы, их можно успешно развивать.

§2.4 «Характеристика речи»

Речь - это процесс использования человеком языка для *общения* с целью передачи и усвоения общественно-исторического опыта.

Язык - это средство общения;

- это система словесного выражения мыслей.

Функции речи (речь имеет полифункциональный характер, т.е. выступает в различных деятельности):

1. коммуникативная функция (слово - средство общения);

2. индикативная (слово - средство указания на предмет);

3. интеллектуальная (слово - носитель обобщения, понятия). Все эти функции речи внутренне связаны друг с другом.

Еще в 18 веке было выяснено, что за функционирование речи отвечает левое полушарие мозга. Причем задняя треть нижней лобной извилины отвечает за произношение (центр П.Брока), а задняя треть верхней височной извилины - за пониманием слов (центр К.Вернике).

По современным, более сложным представлениям (П.К.Анохин), *физиологической основой речевой деятельности является многоуровневая организация нескольких функциональных систем.*

Виды речи:

- по степени активности речь бывает: *активная и пассивная.*

- по форме существования различают: *внутреннюю речь и внешнюю речь.*

В свою очередь внешняя речь бывает *видимая (письменная, ручная и т.д.) и устная (произносимая и слышимая).*

Характеристики речи: содержание речи, форма речи, выразительность речи.

§2.5 «Понятие внимания»

Внимание относится к сквозным психическим явлениям, поэтому, опираясь на структуру психической организации человека, возможно рассмотрение **внимания** и как *процесса* (например, чувственное, интеллектуальное внимание), и как *состояния* (например состояние сосредоточенности), как свойства личности (например, внимательность).

Внимание может быть:

- *непроизвольным* (непреднамеренным - возникающим без всякого намерения человека, без заранее поставленной цели, без волевых усилий)
- *произвольным* (преднамеренным - возникающим вследствие сознательно поставленной цели и требующим определенных волевых усилий).
- *послепроизвольное внимание*, возникает на основе произвольного внимания, после него, совмещает в себе некоторые особенности произвольного внимания (осознание цели) и некоторые черты непроизвольного внимания (не нужно волевых усилий для его поддержания).

К числу основных характеристик внимания относят: *сосредоточенность*; *устойчивость*; *объем*; *распределение*; *переключение*.

Все перечисленные характеристики внимания представляют *функциональное единство*, и их разделение является чисто экспериментальным приемом.

§2.6 «Психологическая характеристика представления»

Одним из **проявлений памяти** является *воспроизведение образов*. Образы ранее воспринятых предметов или явлений называются **представлениями**.

Они делятся на виды, соответствующие видам восприятия.

Особенность представлений заключается в:

- *наглядности* (представления значительно беднее непосредственных чувственных восприятий, они не передают с одинаковой яркостью всех черт и признаков предметов)
- *фрагментарность* (представления связаны с деятельностью, на передний план выдвигаются те стороны объектов, которые для данной деятельности наиболее существенны).

Представление всегда содержит *обобщенные образы действительности*. В них сохраняются постоянные признаки вещей и отбрасываются случайные, единичные, поэтому представления характеризуются более высокой степенью познания, чем ощущения или восприятия. *Они являются переходной ступенью от ощущений к мысли*.

§2.7 «Понятие воображения»

Человек может представить себе не только те предметы и явления, которые он ранее воспринимал, но и те, с которыми он никогда не сталкивался. Иначе говоря, человек может воспринимать ранее пережитое и воображать нечто неизведанное.

Отражение человеком мира есть активный, творческий процесс. Это означает, что воспринимаемые предметы и

явления, пережитые чувства не только отражаются в мозгу человека, но и перестраиваются в новые комбинации.

Воображение - это преобразование представлений и формирование на их основе образов, реализация которых приводит к созданию новых материальных и духовных ценностей.

Человек может также создавать образы объектов, реально существующих, но не встречающихся в его личном опыте. Воображение как своеобразная форма отражения действительности осуществляет мысленный отход за пределы воспринимаемого, способствует предвосхищению будущего, оживляет прошлое.

Воображение значительно расширяет и углубляет процесс познания. Оно играет огромную роль и в преобразовании объективного мира.

Воображение - важнейшая составляющая часть творческого процесса. Участие воображения в процессе труда тем значительнее, чем больше творчества в этом труде.

В психологии принято различать два вида воображения:

- пассивное:

- *Непроизвольное пассивное воображение* характеризуется тем, что человек создает образы без всякого намерения со своей стороны (сновидения, грезы).

- *Произвольное пассивное воображение* характеризуется тем, что человек ставит перед собой цель представить что-либо и сознательно направляет работу своего воображения, исходя из имеющегося у него замысла.

- активное:

- *Воссоздающее воображение* разворачивается на основе описания, рассказа, схемы, чертежа, символа. В этом

случае человек наполняет исходный материал имеющимися в его распоряжении образами.

- *Творческое воображение* предполагает создание образов, вещей, признаков, не имеющих аналогов.

Деление воображения на **творческое** и **воссоздающее** в некоторой степени относительно, поскольку в каждом из них есть элементы другого. Особым видом творческого воображения является мечта, связанная с осознанием желаемого будущего.

Синтез, реализуемый в процессах воображения, осуществляется в различных формах (образах воображения):

- *агглютинация* - создание новых образов на основе склеивания частей имеющихся образов и представлений;
- *гиперболизация* - увеличение или уменьшение предмета, а также изменение отдельных частей;
- *схематизация* - соединение отдельных представлений, при котором различия сглаживаются, а черты сходства выступают четко;
- *типизация* - выделение существенного, повторяющегося в однородных образах;
- *заострение* - подчеркивание каких-либо отдельных признаков.

Отмеченные способы создания образов воображения используются при заранее поставленной задаче, а также в процессе непреднамеренного воображения. Образы воображения различаются между собой по степени яркости и по соотношению с действительностью.

ГЛАВА III «Психические эмоционально-волевые процессы и психические состояния»

§3.1 «Основные функции эмоций и чувств»

Познавая окружающий мир, человек выражает свое отношение к нему: радуется, злится, любит, ненавидит, т.е. проявляет эмоции, которые выражаются в действиях. Любые проявления активности человека сопровождаются эмоциональными переживаниями.

Эмоции (от лат. *emovere* – волновать, потрясать) – психическое отражение в форме непосредственного пристрастного переживания жизненного смысла явлений и ситуаций, обусловленного отношением их объективных свойств к потребностям субъекта.

Самые древние по происхождению, простейшие и наиболее распространенные среди живых существ формы эмоциональных переживаний – *удовольствие*, получаемое от удовлетворения органических потребностей, и *неудовольствие*, связанное с невозможностью это сделать при обострении соответствующей потребности.

Эмоции присущи и животным, и человеку. Но на эмоции человека наложили свой отпечаток социальный образ жизни, особенности выполняемой им деятельности, вследствие чего изменились характер эмоций и формы их выражения. Человек не набрасывается на питье, еду, одежду, как только возникает в этом необходимость, а удовлетворяет свои потребности, учитывая культурные нормы поведения.

Отношения человека к другим людям, к выполняемой деятельности, к предметному миру, удовлетворение потребностей, возникших в процессе истории человечества, сформировали его **чувства**, которые

развиваются и формируются на основе эмоций. Такая особая форма отношения к миру, как чувства, присущи только человеку.

Чувства и эмоции выполняют **несколько основных функций**: энергетической мобилизации организма, сигнальную и регулирующую.

Функция энергетической мобилизации организма заключается в том, что в результате переживаний различных эмоциональных состояний человек мобилизует свои внутренние ресурсы для адекватной реакции на внешние условия и ситуации.

Сигнальная функция выражается в том, что переживания возникают и изменяются в связи с происходящими изменениями в окружающей среде или в организме человека.

Регулирующая функция состоит в том, что стойкие переживания направляют наше поведение, поддерживают его, заставляют преодолевать встречающиеся на пути преграды или мешают протеканию деятельности, блокируя ее.

Эмоции и чувства человека сопровождаются выразительными движениями: **мимическими** (движения мышц лица) и **пантомимическими** (жестикуляция).

У искренне радующегося человека округляются и блестят глаза, губы расплываются в улыбку, руки распахиваются для объятий. Выразительные движения представляют экспрессивную сторону эмоций и осуществляют сигнальную функцию. Они дополняют переживания, делают их более яркими и легко доступными восприятию других людей.

Возникновение и угасание эмоций и чувств подчинено всем **закономерностям** формирования

условного рефлекса: **обобщенность и перенос, притупляемость, контраст, суммация** и др.

Эмоции можно классифицировать по различным основаниям: по направленности, по воздействию, по длительности, силе и интенсивности.

- по направленности: положительные (удовольствие, радость);

отрицательные (печаль, гнев, страх);

неопределенные (равнодушие, безразличие);

полярные (амбивалентные: радость - грусть);

- по воздействию:

стенические (возбуждающие);

астенические (угнетающие, тормозящие);

- по длительности, силе, интенсивности:

эмоциональные состояния (эмоции, чувства, настроения);

эмоциональные реакции (стресс, фрустрация, аффект).

Любые качественно разнообразные эмоции могут рассматриваться как **положительные, отрицательные или неопределенные**. Если потребность удовлетворяется или есть надежда на ее удовлетворение, то возникают **положительные** эмоциональные переживания (удовольствие, радость).

Если что-либо препятствует удовлетворению потребностей или осознается невозможность ее удовлетворения, то складывается **отрицательное** эмоциональное отношение к препятствующим факторам (испуг, гнев, печаль).

Неопределенное (ориентировочное) эмоциональное переживание (безразличие, незаинтересованность) возникает в новой, незнакомой ситуации, при отсутствии

опыта в отношениях с новым окружающим миром или при знакомстве с предметами деятельности. Это состояние не является длительным, устойчивым. Оно снимается при изменении ситуации.

Еще одним специфическим свойством эмоций является их *полярность* – двойственное (*амбивалентное*) эмоциональное отношение, единство противоречивых чувств (например, обаяние – отвращение). Двойственность чувств объясняется тем, что жизненные ситуации обычно бывают сложны и связи человека с ними не исчерпываются каким-либо одним элементарным отношением.

По воздействию на деятельность человека можно выделить стенические и астенические эмоции. *Стенические* эмоции стимулируют деятельность, увеличивают энергию и напряжение сил человека, побуждают его к поступкам, высказываниям. *Астенические* эмоции характеризуются скованностью, пассивностью.

В зависимости от ситуации и индивидуальных особенностей человека одни и те же эмоции могут по-разному влиять на поведение. В одних случаях под воздействием страха события воспринимаются очевидцами преувеличенно, искаженно, в других – они плохо или вовсе не запечатлеваются, в третьих – воспринимаются правильно.

По длительности, силе и интенсивности разделяют *эмоциональные состояния и эмоциональные реакции*.

Эмоциональные состояния. Эмоциональное состояние зависит от выполняемой деятельности, совершенного поступка, от самочувствия и других причин. В эмоциональных состояниях раскрываются как

типичные для человека особенности поведения, так и случайные, на характерные для него психические проявления.

В типичных для человека эмоциональных состояниях выражаются индивидуально-типологические особенности личности: например, меланхолики склонны к длительным минорным настроениям, сангвиников отличает жизнерадостное, бодрое эмоциональное состояние.

Случайные эмоциональные состояния не отражают существенных особенностей личности, а вызваны стечением обстоятельств, особенностями сложившейся ситуации.

Настроение – это более или менее длительное и устойчивое эмоциональное состояние, окрашивающее все другие переживания и деятельность человека.

Длительное настроение может окрашивать поведение человека в течение нескольких дней и даже недель.

Можно научиться управлять настроением, для чего необходимо следить за ним и правильно его оценивать. В управлении настроением проявляется уровень развития личности.

Эмоциональные реакции. К эмоциональным реакциям относятся **стресс, фрустрация и аффект.**

§3.2 «Понятие стресса»

Одним из наиболее распространенных видов эмоциональных реакций является **стресс**, который представляет собой состояние чрезмерно сильного и длительного психологического напряжения, возникающего у человека, когда его нервная система получает эмоциональную перегрузку.

В переводе с английского стресс - это давление, нажим, напряжение, а дистресс - горе, несчастье, недомогание, нужда.

Стресс дезорганизует деятельность человека, нарушает нормальный ход его поведения. Стрессы, особенно если они часты и длительны, оказывают отрицательное влияние не только на психологическое состояние, но и на физическое здоровье человека. Они представляют собой главные “факторы риска” при проявлении и обострении сердечно-сосудистых заболеваний и заболеваний желудочно-кишечного тракта.

Стресс:

- психическое состояние общего возбуждения, психического напряжения при деятельности в трудных, необычных, экстремальных ситуациях;

- термин, используемый для обозначения обширного круга неспецифических реакций организма на резко изменяющиеся условия среды.

Состояние душевного (эмоционального) и поведенческого расстройства, связанное с неспособностью человека целесообразно и разумно действовать в сложившейся ситуации.

Термин «стресс» был введен Г.Селье в 1929 г. для обозначения обширного круга состояний, возникающих в ответ на разнообразные экстремальные воздействия – стрессоры.

Стрессор (стресс-фактор) – это неблагоприятные, значительные по силе и продолжительности внешние и внутренние воздействия, ведущие к возникновению стрессовых состояний.

Р. Лазарус ввел понятие физиологического и психического (эмоционального) стресса.

Стрессоры бывают *физиологические* – ими являются крайне неблагоприятные физические условия, вызывающие нарушение целостности организма и его функций (чрезмерная физическая нагрузка, высокая и низкая температура, болевые стимулы, затруднение дыхания и т.д.) и *психологические* – те воздействия, которые сами люди оценивают как очень вредные для своего благополучия факторы, действующие своим сигнальным значением: новизна, угроза, опасность, непосильная задача, риск, внезапность, обида, информационная перегрузка и пр.

При психическом стрессе происходят сложные психические процессы оценки опасности и поиска соответствующих средств ее предотвращения. Психический стресс сопровождается чрезмерно повышенным эмоциональным напряжением. Характер стрессовой реакции зависит не только от оценки степени вредности стрессора данным человеком, но и от умения реагировать на него определенным образом.

Итак, стресс - это неспецифическая адаптационная реакция - общая тотальная мобилизация сил организма в ответ на чрезмерное требование сложной жизненной ситуации.

Стресс опасен для жизни, но он и необходим для нее.

При стрессе проявляются максимальные адаптационные возможности индивида. *Этим стресс отличается от аффекта.*

Г. Селье выделил в развитии стресса **3 этапа**.

- Первый этап – реакция тревоги – фаза **мобилизации** защитных сил организма, повышающая устойчивость по отношению к конкретному

травмирующему воздействию. При этом происходит перераспределение резервов организма: решение главной задачи обеспечивается за счет второстепенных задач. Человек справляется с нагрузкой с помощью функциональной мобилизации, без структурных перестроек.

- На втором этапе – этапе *стабилизации* - все параметры, выведенные из равновесия в первой фазе, закрепляются на новом уровне. Внешнее поведение мало отличается от нормы, но внутренне идет перерасход адаптационных резервов.

- Если стрессовая ситуация продолжает сохраняться, наступает третий этап – *истощение* - это может привести к значительному ухудшению самочувствия, различным заболеваниям и даже смерти.

Деятельность, связанная со стрессом, может быть приятной или неприятной. Любое событие, факт или сообщение может вызвать стресс, т. е. стать *стрессором*. При этом, - выступит та или иная ситуация причиной стресса или нет, зависит не только от самой ситуации, но и от личности, ее опыта, ожиданий, уверенности в себе и т. д. Особенно большое значение имеет, конечно, оценка угрозы, ожидание опасных последствий, которую содержит в себе ситуация.

Само возникновение и переживание стресса зависит не столько от объективных, сколько от *субъективных факторов*, от особенностей самого человека: оценки им ситуации, сопоставления своих сил и способностей с тем, что от него требуется, и т.д.

Люди с разными особенностями нервной системы по-разному реагируют на одинаковые психологические нагрузки. У одних людей наблюдается повышение

активности, мобилизация сил, повышение эффективности деятельности. Это так называемый «*стресс льва*», когда опасность как бы подстегивает человека, заставляет его действовать смело и мужественно. Стресс может вызвать дезорганизацию деятельности, резкое падение ее эффективности, пассивность и общее торможение – «*стресс кролика*».

Поведение человека в стрессовой ситуации зависит от многих условий, но прежде всего от психологической подготовки человека, включающей умение быстро оценивать обстановку, навыки мгновенной ориентировки в неожиданных обстоятельствах, волевую собранность, решительность и опыт.

§3.3 «Понятие фрустрации»

К состоянию стресса близко и понятие *фрустрации*. Сам термин в переводе с латинского означает - обман, тщетное ожидание.

Фрустрация - психическое состояние переживания неудачи, возникающее при наличии реальных или мнимых непреодолимых препятствий на пути к некой цели, крушение планов, крах надежд, переживания неудачи.

Фрустрация переживается как напряжение, тревога, отчаяние, гнев, которые охватывают человека, когда на пути к достижению цели он встречается с неожиданными помехами, которые мешают удовлетворению потребности. В состоянии фрустрации человек испытывает особо сильное нервно-психическое потрясение. Оно раскрывается как крайняя досада, озлобленность, подавленность, полное безразличие к окружению, неограниченное самобичевание.

В большей мере фрустрации подвержены эмоциональные натуры, люди с повышенной возбудимостью, отсутствием развитых тормозных, уравновешивающих реакций, плохо подготовленные к невзгодам, трудностям, с недостаточно развитыми волевыми чертами характера.

Реакция на фрустрацию бывает в форме агрессии (обвинение других) и регрессия (самообвинение). Особенности ее протекания зависят от разрядки возникшего напряжения. Фрустрация может усиливаться, ослабевать или исчезать. Если чрезмерное напряжение не может завершиться разрядкой, то фрустрация наступает в других неадекватных условиях.

§3.4 «Понятие аффекта»

Аффект (от лат. *affectuctus* – душевное волнение, страсть) - это особо выраженное эмоциональное состояние, сопровождаемое видимыми изменениями в поведении человека, который их испытывает. Аффект представляет собой кратковременный эмоциональный процесс взрывного характера, стремительно овладевающий человеком, бурно протекающий, характеризующийся значительными изменениями сознания, частичным снижением волевого контроля.

Во всех многообразных аффектах (страх, гнев, отчаяние, вспышка ревности, порыв страсти и т.п.) можно выделить следующие этапы. На первом этапе резко дезорганизуется вся психическая деятельность, нарушается ориентировка в действительности. На втором этапе перевозбуждение сопровождается резкими, плохо контролируемыми действиями. На заключительном этапе

происходит спад нервного напряжения, возникает состояние депрессии, слабости.

Субъективно аффект переживается как состояние, происходящее помимо воли человека, как бы навязанное извне. Однако состояние аффекта не является патологическим состоянием. Усиленным волевым контролем в начальной стадии развития аффекта этого состояния можно не допустить. Особенно важно сосредоточить сознание на крайне отрицательных последствиях аффективного поведения. Одним из приемов преодоления аффекта является произвольная задержка двигательных реакций, изменение обстановки, переключение деятельности.

Следует различать *патологический аффект и физиологический аффект*. *Патологический аффект* - острое кратковременное психическое расстройство, возникающее внезапно и характеризующееся рядом особенностей протекания, к которым относят:

1. глубокое помрачение сознания;
2. бурное двигательное возбуждение с автоматическими действиями;
3. полная или почти полная последующая амнезия совершенных действий.

Патологический аффект - болезненное состояние и должно рассматриваться психиатром.

Физиологический аффект - рассматривается в психологии как временное психическое изменение, не носящее болезненного характера. Причины возникновения физиологического аффекта могут быть следующие:

- факторы угрожающие жизни человека, связанные с его биологическими инстинктами и потребностями;

- поступки или высказывания окружающих, социальные оценки, глубоко затрагивающие самооценку человека, травмирующие его личность.

В психологии особо отмечается тот факт, что аффект возникает при уже сложившейся ситуации и служит определенным завершением ее, своеобразным выходом из ситуации, разрядкой. Этот момент следует подчеркнуть как имеющий первостепенное значение при диагностике физиологического аффекта.

Общим направлением хаотичных действий при аффекте является стремление устранить или нанести ущерб травмирующему раздражителю. В действиях в состоянии аффекта не бывает ни осознаваемых конкретных целей, ни осознанных способов действий. Используемые при этом средства действий ограничиваются объектами, случайно попавшими в поле крайне суженного сознания.

Для правильного решения вопроса о том, находился ли человек в состоянии аффекта, помимо отмеченных выше признаков необходимо исследовать:

- характер аффективной ситуации;
- индивидуально-психологические особенности личности;
- его психофизиологическое состояние накануне;
- характер действий обвиняемого в момент действий;
- особенности поведения виновного сразу после действий, его реакцию на слова окружающих, отношение к своим действиям и наступившим последствиям.

Аффективная ситуация обычно носит неожиданный, остроконфликтный характер. Она сопровождается угрозами, насилием, оскорблениями в

отношении субъекта или его близких. Неожиданно оказавшись в угрожающей, психотравмирующей обстановке, субъект испытывает острую потребность действовать, однако не может найти адекватные формы поведения. Это противоречие между сильной потребностью действовать и неспособностью быстро найти наиболее подходящий способ реагирования и служит одной из причин возникновения аффекта.

К *индивидуально-психологическим особенностям субъекта*, предрасполагающим к аффекту, относятся: значительное преобладание у него процессов возбуждения над процессами торможения, эмоциональная неустойчивость, повышенная чувствительность (сензитивность), ранимость, обидчивость, склонность к «застреванию» на психотравмирующих фактах, высокая, но неустойчивая самооценка. К аффектам склонны люди с неуравновешенными процессами возбуждения и торможения. Однако чаще всего аффекты проявляются у людей невоспитанных, развязных, истеричных, не привыкших контролировать свои чувства.

На выявление аффективной реакции влияют также возрастные особенности субъекта, его временные функциональные психофизиологические состояния, нарушающие устойчивость психики к воздействию аффективных ситуации (усталость, бессоница, посттравматические расстройства психики и т.п.). У разных людей с учетом их характерологических особенностей, того или иного физического состояния «порог» аффективного реагирования различен, и это, безусловно, нельзя не учитывать.

§3.5 «Виды чувств и их значение для жизни человека»

Чувства являются эмоциональным регулятором социальных функций личности. *Чувства* – это психическая форма отражения социальных потребностей.

Отклоняющееся и в особенности преступное поведение во многих случаях связано с неразвитостью чувств, с неспособностью к сопереживанию. Каждое третье тяжкое преступление против личности совершается из-за неприязни, ревности или мести.

По содержанию в психологии различаются следующие виды чувств: моральные (нравственные), интеллектуальные (познавательные), эстетические.

Моральным чувством называется эмоциональное отношение личности к поведению людей и своему собственному. Эти переживания являются своеобразным результатом оценки поступков, их соответствия или несоответствия нормам морали, которые человек считает обязательными для себя и других. Положительные оценки поступков вызывает у человека чувство удовлетворения, отрицательные – внутренний протест.

Нравственные нормы складываются и изменяются в процессе исторического развития общества в зависимости от его традиций, религии, господствующей идеологии и т.д.

К моральным чувствам относятся чувства симпатии и антипатии, привязанности и отчужденности, уважения и презрения, признательности и неблагодарности, любви и ненависти, а также справедливость, долг, совесть, честь и др.

Моральные чувства – важнейший регулятор поведения человека, мотивационная основа межличностных отношений.

Интеллектуальные чувства – переживания, возникающие в процессе умственной деятельности. Примерами такого чувства являются **любопытство, любознательность, удивление, сомнение и т.п.**

Чем выше культурный уровень человека, уровень его психологического развития, тем больше осознается им степень необходимости той или иной информации. На этой основе возникает **любознательность** – состояние познавательной активности, интеллектуальной впечатлительности, устойчивой познавательной направленности на определенные объекты.

К интеллектуальным чувствам можно отнести чувство юмора и иронии, в которых проявляется отношение человека к познанному и оцененному им объекту.

Наиболее типичной ситуацией, порождающей интеллектуальные чувства, является проблемная ситуация. Существование интеллектуальных чувств является ярким свидетельством взаимосвязи интеллектуальных и эмоциональных моментов. Чувства выступают как своеобразный регулятор умственной деятельности.

Эстетические чувства возникают и развиваются при восприятии и создании человеком прекрасного: **восхищение произведениями искусства, чувство прекрасного, возвышенного, трагического, героического и т.п.**

Эстетическое отношение проявляется через другие чувства: восторг, радость, презрение, отвращение и пр. Все это позволило некоторым ученым предположить, что

эстетических эмоций в чистом виде не существует. Против такого взгляда говорит тот факт, что эстетическое чувство у человека может быть вызвано созерцанием даже самого простого предмета или его отдельного свойства.

Эстетические чувства тесно связаны с моральными чувствами (отсюда выражение «красивый поступок», «прекрасный характер» и т.п.). В.Г. Белинский справедливо отмечал, что красота – родная сестра нравственности.

По форме протекания чувства делятся на: настроения, аффекты и страсти.

Страстями называются сильные, стойкие, длительные чувства, порождающие неослабную энергию, направленную на достижение единой цели или предмета страсти.

Предметом страсти могут быть самые различные области знания и деятельности человека: определенные вещи, вызывающие непреодолимое стремление к обладанию ими, человек другого пола и т.п. Основным признаком страстей является их действенность, единство волевых и эмоциональных моментов. Страсти всегда побуждают людей к активной деятельности, через которую страсти удовлетворяются и на основе которой она развивается.

Не каждый человек имеет предмет страсти, но любой увлекается чем-нибудь. *Увлечение* отличается от страсти тем, что оно менее устойчиво и органически не связано с основными жизненными установками личности. Увлечения чаще всего свойственны людям, способным быстро загораться и также быстро гаснуть, т.е. импульсивным, склонным к аффектам. Увлечение может

перерасти в страсть и может сосуществовать с имеющейся у человека страстью, временно даже конкурировать с ней.

§3.6 «Воля. Структура волевых действий»

Все действия человека могут быть поделены на две категории: *непроизвольные и произвольные*.

Непроизвольные действия совершаются в результате возникновения неосознаваемых или недостаточно отчетливо осознаваемых побуждений (влечений, установок и т. д.). Они имеют импульсивный характер, лишены четкого плана. Примером непроизвольных действий могут служить поступки людей в состоянии аффекта (изумления, страха, восторга, гнева).

Произвольные действия предполагают осознание цели, предварительное представление тех операций, которые могут обеспечить ее достижение, их очерёдность. Все производимые действия, совершаемые сознательно и имеющие цель, названы так, поскольку они производны от воли человека.

Воля есть сознательное регулирование человеком своего поведения и деятельности, связанное с преодолением внутренних и внешних препятствий.

Воля как характеристика сознания и деятельности появилась вместе с возникновением общества, трудовой деятельности. Воля является важным компонентом психики человека, неразрывно связанной с познавательными мотивами и эмоциональными процессами.

Воля не является изолированным свойством психики, поэтому она рассматривается в связи с другими сторонами психики и в первую очередь с познанием, поскольку

волевое регулирование поведения – это сознательное направление умственных и физических усилий на достижение цели или сдерживание их.

Воля нужна при выборе цели, принятии решения, при осуществлении действия, преодолении препятствий. Преодоление препятствий требует волевого усилия - особого состояния нервно-психического напряжения, мобилизующего физические, интеллектуальные и моральные силы человека. Воля проявляется как уверенность человека в своих силах, как решимость совершить тот поступок, который сам человек считает целесообразным и необходимым в конкретной ситуации. Необходимость сильной воли возрастает при наличии трудных ситуаций внешнего мира и (или) сложного, противоречивого внутреннего мира в самом человеке.

Выполняя различные виды деятельности, преодолевая при этом внешние и внутренние препятствия, человек вырабатывает в себе **волевые качества**: целеустремленность, решительность, самостоятельность, инициативность, настойчивость, выдержку, дисциплинированность, мужество.

Волевые действия характеризуются *наличием цели, препятствий, трудностей, а также напряжения, переживаемого в ходе их выполнения.*

Волевая деятельность всегда состоит из определенных *волевых действий*, в которых содержатся все признаки и качества воли. Волевые действия бывают простые, сложные и особо сложные.

К **простым волевым действиям** относятся те, при которых человек без колебаний идет к намеченной цели, ему ясно, чего и каким путем он будет добиваться, т.е. побуждение к действию переходит в само действие почти

автоматически. Простые волевые действия складываются из двух звеньев: побуждение (постановка цели) - исполнение.

В них одно звено следует за другим тотчас, без промежуточных компонентов. **Сложное волевое действие** включает в себя три звена:

побуждение (постановка цели) - планирование
- исполнение

Наконец, **особо сложное волевое действие** включает в себя те же звенья, что и сложное волевое действие, однако характеризуется:

- а) объединенностью всех звеньев в единое целое;
- б) предельно краткими сроками реализации;
- в) особыми психическими состояниями, связанными с обострениями психических процессов.

Результаты любого волевого действия имеют для человека два следствия: первое - это достижение конкретной цели; второе связано с тем, что человек оценивает свои действия и извлекает соответствующие уроки на будущее относительно способов достижения цели, затраченных усилий.

Волевые черты характера проявляются в определенном отношении с эмоциональными особенностями человека: у волевого человека воля доминирует над чувствами, а у человека с эмоциональным характером преобладающее место занимают эмоциональные состояния и поступки часто совершаются под влиянием случайно возникших чувств, настроений.

ГЛАВА IV «Личность как объект психологического познания»

§4.1 «Основные компоненты психологической структуры личности»

Личность - это конкретный человек, являющийся представителем определенного общества, определенной социальной группы, занимающийся конкретным видом деятельности, осознающий свое отношение к окружающему и наделенный индивидуально-психологическими особенностями.

Общество влияет на развитие и становление личности. Вне общества, вне социальной и профессиональной группы человек не может стать личностью: т. е. создает человека природа, а формирует - общество.

Психологическая структура личности включает в себя следующие компоненты: *индивидуально-психологическая сторона, мировоззренческая сторона, социально-психологическая сторона.*

Психологическая сторона личности отражает специфику функционирования ее *психических процессов, свойств, состояний и образований.*

Психические процессы - это психические явления, обеспечивающие первичное отражение и осознание личностью воздействий окружающей действительности.

Психические свойства - это наиболее устойчивые и постоянно проявляющиеся особенности личности, обеспечивающие определенный уровень поведения и деятельности, типичный для нее. Различают следующие свойства личности: *направленность, темперамент, характер и способности.*

Психические состояния - это уровень работоспособности и функциональные качества психики человека в каждый данный момент времени.

Психические образования - это психические явления, формирующиеся в процессе приобретения человеком жизненного и профессионального опыта. В содержание которых входит особое сочетание знаний, навыков и умений.

Мировоззренческая сторона личности отражает общественно значимые ее качества и особенности, позволяющие занимать достойное место в обществе.

Мировоззрение личности - это сложившаяся у нее система убеждений, научных взглядов на природу, общество, человеческие отношения, которые стали ее внутренним достоянием и отложились в сознании в виде определенных жизненных целей и интересов, отношений, позиций.

Моральный облик личности - это система ее представлений о морали, отражающая наличие у нее твердых устоев и определяющая ее действия и поведение в обществе.

Нравственный облик личности - это устойчивая система ее взглядов на нормы отношений людей в обществе и их достойное взаимодействие.

Социально-психологическая сторона личности отражает ее основные качества и характеристики, позволяющие ей играть определенные роли в обществе, занимать определенное положение среди других людей.

Отношение к другим людям - совокупность проявлений индивидуально-и социально-психологических качеств личности, отражающих

типичное для нас поведение в общении и взаимодействии с другими людьми.

Социальные роли личности - типичные способы поведения личности, обусловленные ее индивидуально- и социально-психологическими особенностями, позволяющие завоевывать определенный авторитет и доверие со стороны других людей.

Социальные позиции личности - взгляды, убеждения и представления личности, реализуемые и отстаиваемые ею в отношениях с другими людьми.

Социальные установки личности - ее настроенность на определенное отношение к обществу и другим людям

§4.2 «Содержание психологических свойств и качеств личности как объекта познания»

С древнейших времен мыслители пытались определить источники активности личности, смысл жизни человека. Каждый человек рано или поздно задает себе извечный вопрос «Ради чего я живу?».

Одни считают, что *стремление к удовольствию* является основным мотивом поступков индивида (сторонники учения *гедонизма*); другие находят, что *исполнение долга* составляет основное побуждение и смысл жизни человека (точка зрения *И. Канта*); некоторые выводят поведение личности из биологических влечений, например, сексуальных (основоположник психоанализа *З. Фрейд*) или социальных стремлений к господству или подчинению (*А. Адлер*).

Человеком могут двигать материальные интересы, помыслы и страсти, а в конечном счете – внешние причины, обстоятельства жизни, экономические,

моральные и политические отношения. Как гласит латинский афоризм, я – человек, и ничто человеческое мне не чуждо.

Каждое действие и поступок человека в норме *мотивированы*, и он отдает себе в этом ясный отчет. В одних случаях человек руководствуется сознанием общественного долга, в других – личными потребностями и интересами, а в третьих – поступает определенным образом на основе чувств (любви, уважения, ненависти, презрения и т.д.).

Вместе с тем у каждого взрослого человека есть нечто *ведущее*, что определяет основную направленность личности. Одни видят смысл жизни в производственной или научной деятельности, другие – в области искусства, третьи – в общественной деятельности. При этом каждый исходит из определенной *побуждений*: чувства долга перед обществом, корысти, славы, карьеристских замыслов и т.д.

Направленность личности - это система побуждений, определяющая избирательность отношений и активность человека, сложная система соподчинения и взаимодействия *следующих блоков*:

Потребности, мотивы.

Потребности - это испытываемая человеком необходимость в определенных условиях жизни и развития, которая характеризуется следующими **признаками**:

-любая потребность имеет свой предмет, т.е. наличие нужды в чем-то;

-всякая потребность приобретает конкретное содержание в зависимости от того, в каких условиях и какими способами она удовлетворяется;

- потребность обладает способностью воспроизводиться.

Потребности побуждают человека к активности. Чтобы жить, люди создают и развивают общественное производство материальных и духовных ценностей. Они источник активности человека. Чтобы удовлетворить потребности, человек должен изыскивать те или иные средства, а потому решать определенные теоретические и практические задачи.

Потребности человека многообразны, они находятся в определенной связи и взаимодействии как между собой, так и с другими побуждениями, в целостной системе направленности личности. Доминирующая в данное время потребность может подавлять все остальные и определять основное направление деятельности. Широта потребностей зависит от уровня развития человека и материальных условий его жизни. Человек сознательно регулирует свои потребности и этим отличается от животного.

Классификация уровней потребностей:

К ***витальным*** (жизненным, физиологическим или органическим) потребностям относятся голод, жажда, половое влечение и другие.

Потребность ***в безопасности*** представляет собой желание чувствовать себя защищенным, избавиться от чувства страха, неудач, агрессивности.

К потребностям ***в общении*** относятся принадлежность к общности, нахождение рядом с людьми.

Потребность ***в статусе*** – достижение определенного успеха, признание, авторитет и одобрение окружающих.

Потребность *в самореализации* (самоактуализации) – достижение своих целей, реализация способностей, развитие собственной личности.

Потребности человека многообразны, они находятся в определенной связи и взаимодействии между собой.

Материальными, духовными, физическими и т.п. являются не сами потребности, а *способы их удовлетворения*.

Итак, потребности - это первая стадия - неосознаваемая.

Осознанная потребность становится **мотивом**.

При анализе вопроса о том, *почему* организм вообще приходит в состояние активности, анализируются проявления потребностей (и инстинктов) как источников активности. Если изучается вопрос, *на что* направлена активность организма, ради чего. произведен выбор именно этих актов поведения, а не других, исследуются прежде всего проявления мотивов как причин, определяющих выбор направленности поведения.

Но мотив - это не цель, которая формируется в зависимости от мотивов, установок и других составных, о чем мы скажем ниже.

Существует тесная связь не только между потребностями и мотивами, но и между потребностями и интересами.

Интересы.

Интерес - это избирательное отношение личности к объекту, в силу его жизненного значения и эмоциональной привлекательности. Интересы возникают на основе потребностей, но не сводятся к ним. Потребность выражает необходимость, а интерес - личную неприязнь к какой-то деятельности.

Интересы - это прежде всего активная познавательная направленность человека на тот или иной предмет, явление или деятельность при положительном эмоциональном отношении к ним. Интересы человека определяются общественно-историческими и индивидуальными условиями его жизни. Они побуждают овладевать знаниями, расширять кругозор, заставляют активно искать пути и способы углубленного познания, преодолевать трудности и препятствия.

Интересы характеризуются по их содержанию, широте, глубине, устойчивости и действенности.

По содержанию интересы определяются теми объектами, на которые они направлены .

По широте различают широкие и узкие интересы. Причем широта и разносторонность интересов сочетаются с наличием основного, центрального интереса. Под узостью интересов понимают наличие у человека одного-двух изолированных интересов при полном равнодушии ко всему остальному.

Глубина интереса означает потребность основательно изучить объект во всех деталях и тонкостях. Он противопоставляется поверхностному интересу, когда человек скользит по поверхности явления и не интересуется объектом по-настоящему.

По устойчивости выделяют устойчивые интересы и неустойчивые интересы. Человек с неустойчивыми интересами легко увлекается и быстро охладевает.

Действенные интересы, побуждают к действиям по удовлетворению интереса, в отличие от пассивных интересов (пример: интерес к спорту действенный, когда человек сам занимается спортом, пассивный, когда он часами сидит у телевизора, наблюдая за

матчами, читает спортивные журналы, газеты, книги, знает биографии игроков, но сам спортом не занимается).

Однако человек делает не только то, в чем испытывает непосредственную потребность, и занимается не только тем, что его интересует. Поведение личности регулируется и определяется также моральными мотивами, чувствием долга, общественными обязанностями и т.д. Моральные мотивы поведения человека выражаются в идеалах и убеждениях.

Идеалы, убеждения, мировоззрение.

Идеал - это образец, которому следует человек в деятельности и поведении. Идеал отражает жизнь. Положительный идеал возникает в результате обобщения всего лучшего, что есть в действительности, идеалом может выступать образ конкретной личности, исторической или современной. Вместе с тем в идеале всегда есть частичка фантазии, т.е. переконструированной действительности., когда отбрасывается несущественное и элементы несовершенного, подчеркивается и даже преувеличивается прекрасное, совершенное. Так создается идеал, в котором лучшее в настоящем и будущем слито.

С идеалами тесно связаны убеждения.

Убеждения - определенные положения, суждения, мнения, принципы и идеалы, знания о природе и обществе, в которые человек верит, в истинности их не сомневается, стремится к тому, чтобы руководствоваться ими в жизни. Убеждения - это то, что не только понято, осмыслено, но и глубоко прочувствовано, пережито.

Если убеждения образуют определенную систему, они становятся мировоззрением человека, т.е. **мировоззрение**

- система взглядов на природу, общество и человеческое мышление.

Существует мировоззрение *общества* и мировоззрение *личности*, при этом мировоззрение общества влияет на формирование мировоззрения личности, а также наблюдается и обратное воздействие, т.е. личностный вклад - взаимодействие мировоззрения общества и личности.

Мировоззрение служит как бы высшим регулятором поведения и действий личности. А выработка (наличие) мировоззрения - существенный показатель зрелости личности (социальной группы). Мировоззрение не только определяет общую направленность личности, ее целеустремленность, придавая стойкость и твердость характера - оно сказывается на всем облике человека, на всей совокупности особенностей поведения и действий, то для нас крайне важный аспект - поведение.

Ценностные ориентации.

И, наконец, **ценностные ориентации** - это глобальные цели, которые человек пытается реализовать, в ЦО можно выделить два *компонента*:

- ценности-цели;
- ценности-средства.

Прежде чем говорить о целях, необходимо рассмотреть блок направленности, мировоззрение личности в другом аспекте, важном для нас с профессиональной стороны.

Поведения людей определяется примерно на 90% традиционным, бытовым мировоззрением. В настоящее время религиозность – с одной стороны, мода, с другой – потребность. Существует много различных взглядов (плюрализм мнений), но сама по себе система верований

(не в религиозном смысле) человека очень важна, как и система идеалов (либо они есть, остались, либо они нарушены, вакуума быть не должно и не может).

Итак, для чего и ради чего человек проявляет активность, действует.

Цель - осознанный образ предвосхищаемого результата, на достижение которого направлено действие человека.

Понятие о цели как осознаваемом образе предвосхищаемого результата служит при изучении произвольных преднамеренных действий, представляющих специфическую черту человеческой деятельности.

Учения о типах темперамента.

К подструктуре биологически обусловленных свойств и качеств личности прежде всего относят темперамент – биологический фундамент, на котором формируется личность как социальное существо.

Темперамент (от лат. *temperamentum* – «соразмерность», «правильная мера»)- это природные особенности поведения человека, проявляющиеся в динамике, тоне и уравновешенности реакций на жизненные воздействия.

Темперамент окрашивает все психические проявления индивида, он сказывается на характере протекания эмоций и мышления, волевого действия, влияет на темп и ритм речи. От темперамента зависят такие свойства личности, как впечатлительность, эмоциональность, импульсивность и тревожность.

Создателем учения о темпераменте считается древнегреческий врач **Гиппократ** (V в. до н.э.), который полагал, что в теле человека имеются четыре жидкости:

кровь, слизь, желтая и черная желчь. При правильном смешении этих жидкостей - человек здоров, при неправильном - болен. Гиппократ правильно описал типы, но не смог научно объяснить их.

Исходя из учения Гиппократа, знаменитый врач античности **Клавдий Гален** предложил первую классификацию темпераментов, и она в относительно неизменном виде дошла до наших дней.

Одна из жидкостей преобладает, что и определяет темперамент человека. Название темпераментов, данных по названию жидкостей, сохранились до наших дней:

- *холерический* темперамент - от слова Shole (желчь);

- *сангвинический* - Sanguis (кровь);

- *флегматический* - от Phlegma (слизь);

- *меланхолический* – от Melan chole (черная желчь).

Сангвиник - это человек подвижный, легко приспосабливающийся в изменчивым условиям жизни. Его характеризует высокая сопротивляемость трудностям жизни. У него высокий порог чувствительности, поэтому он не замечает слабых звуков и световых раздражителей.

Он – экстраверт, жизнерадостный, общительный, быстро привыкает к новым требованиям и обстановке, легко сходится в новыми людьми, поэтому у него широкий круг знакомств, хотя он не отличается постоянством в общении и часто меняет привязанности.

Сангвиник обладает живой мимикой и выразительными движениями, по его лицу легко определить его настроение, отношение к предмету или человеку; имеет быстрый темп речи; обладает гибкостью ума, склонен к остроумию, по незначительному поводу громко хохочет, а несущественный факт его может

сильно рассердить; легко переключает внимание. Чувства, интересы и стремления у него изменчивы, быстро освобождается от гнетущего настроения и пребывает в оптимистическом состоянии духа.

Холерик - это человек, нервная система которого определяется преобладанием возбуждения над торможением. Он отличается большой жизненной энергией, но ему недостает самообладания, поэтому он вспыльчив, необуздан, нетерпелив и несдержан. Воля холерика порывиста, также он отличается повышенной эмоциональностью. Это боевой, задорный, легко и быстро раздражающийся тип, он скорее экстраверт.

Для холерика характерна цикличность в поведении и переживании. Такой человек приступает к делу с полной отдачей, со всей страстностью, увлеченностью, но сил ему хватает ненадолго и как только они истощаются, у него появляется «слюнявое настроение», все неважно.

Флегматик - это человек, реагирующий спокойно и медленно, не склонный к перемене своего окружения. Хорошо сопротивляется сильным и продолжительным раздражителям. Благодаря уравновешенности процессов раздражения и торможения, флегматик спокойный, всегда ровный.

Он однообразен и невыразителен в мимике и интонации, даже о своих чувствах говорит недостаточно эмоционально, что затрудняет общение с ним. Флегматику присуща замедленность реакций в общении, он медленно, трудно привыкает к новым людям, не скоро начинает обращаться к ним - задавать вопросы, вступать в беседу, не любит попусту болтать, его трудно рассмешить, разгневать или опечалить. Он с трудом

переключает внимание и приспосабливается к новой обстановке медленно перестраивает навыки и привычки.

Меланхолик - это человек, плохо сопротивляющийся воздействию сильных стимулов, такое воздействие может привести к нарушениям поведения. Он медлителен в движениях, в речи; мимика и движения его невыразительны, голос тихий, движения бедны.

У него нередко отмечается боязливость и беспокойство в поведении, тревожность, слабая выносливость. Меланхолик неуверен в себе, замкнут, пассивен, мнителен, легко поддается страху, грусти, незначительный повод может вызвать у него обиду, слезы. Он очень склонен отдаваться переживаниям, неуверен в себе, робок, малейшая трудность заставляет его опускать руки.

Необходимо помнить, что картина поведения человека зависит не только от особенностей типа, но и от состояния нервной системы, которое зависит от непосредственно складывающихся жизненных обстоятельств и воздействий.

Но и возникающие состояния оказываются характерными для определенных типов нервной системы. Например, для *сангвиника* типично состояние подъема, для *холерика* – состояние аффективности, для *флегматика* – спокойной сдержанности, для *меланхолика* – неуверенности и т.п. Это состояние является признаком типологических особенностей человека.

§4.3 «Характер как свойство личности»

Характер (от греч. *charakter* – «печать», «чеканка») – индивидуальное сочетание устойчивых психологических особенностей человека, обуславливающих типичный для

данной личности способ поведения в определенных жизненных условиях и обстоятельствах. В характере выражаются наиболее типичные существенные особенности человека, знание которых позволяет в какой-то мере предвидеть, как человек будет поступать в тех или иных ситуациях.

В характере каждого человека обнаруживается ***единство устойчивых и динамических свойств***: оставаясь самим собой, человек может проявлять то большую, то меньшую откровенность или замкнутость, решительность или нерешительность, твердость или мягкость.

Главный стержень характера складывается постепенно и становится типичным для данного человека, а конкретные проявления характера могут видоизменяться в зависимости от ситуации, под влиянием других людей и т.п. Временные состояния психики также оказывают влияние на изменения в поведении человека: веселый и жизнерадостный человек может стать мрачным и ворчливым, спокойный – импульсивным и т.д.

В характере человека ***природное и приобретенное взаимосвязано***.

На проявлениях характера и на процессе формирования его отдельных черт сказывается прежде всего ***тип нервной системы***: сила-слабость, уравновешенность-неуравновешенность, подвижность-инертность нервных процессов. Это проявляется в реакциях человека, его поведении и деятельности. Кроме того, на характер влияют другие особенности организма (***сердечно-сосудистой, пищеварительной и эндокринной систем***): установлено, что различные расстройства в

деятельности разных систем сказываются на характере человека.

С другой стороны, образующиеся черты характера влияют на проявление природных свойств личности: характер может маскировать один из врожденных проявлений, усиливать другие, тормозить третьи за счет образования и упрочения новых рефлекторных связей и т.п.

Сензитивным периодом жизни для становления характера можно считать возраст от 2-3 до 9-10 лет. Раньше других в характере человека закладываются такие черты, как доброта, общительность, отзывчивость, а также противоположные им качества: эгоцентризм, черствость, безразличие к людям. Те свойства характера, которые наиболее ярко проявляются в труде – трудолюбие, аккуратность, добросовестность, ответственность, настойчивость и т.п. – складываются несколько позже, в раннем дошкольном возрасте. В начальных классах школы оформляются черты характера, проявляющиеся в отношениях с людьми. В подростковом возрасте активно развиваются и закрепляются волевые черты характера, а ранняя юность закладывает его базовые нравственные, мировоззренческие основы. К окончанию школы характер человека считается в основном сложившимся, и то, что происходит с ним в дальнейшем, почти никогда не делает характер человека неузнаваемым для тех, кто с ним общался в школьные годы.

Формирование характера существенно зависит от свойств темперамента, а черты характера возникают тогда, когда темперамент уже достаточно развит, т.е. *характер развивается на основе темперамента, но*

темперамент не предопределяет характер: людей с одинаковыми свойствами темперамента могут совершенно отличаться по характеру. По мере развития личности и нарастания влияния социального окружения взаимоотношения характера и темперамента изменяются. Развивая характер и волю, овладевая своими потребностями, чувствами, мыслями, человек может воздействовать на проявления своего темперамента.

Характер имеет **выразительные признаки**. Характер накладывает печать на *поступки и действия*.

Кроме того, характер проявляется в *особенностях речи*: громкая или тихая, быстрый или замедленный темп, многословие или замкнутость, эмоциональность или сдержанность и др.

Характер находит свое выражение и *во внешнем облике* человека (мимике, походке, жестикуляции). Например, морщины на лице – не только результат возраста, но и следствие привычных движений лицевых мышц: одни люди часто улыбаются, другие хмурятся, лицо одного выражает презрение, другого – удивление. Мимика, типичная для конкретного человека проявляется рефлекторно, когда личность оказывается в разных жизненных ситуациях. Кроме мимики, характер отражается и в типической позе: например, высокомерные люди наклоняют корпус назад, выпячивая грудь и отбрасывая голову; скромные люди пытаются быть незаметными, сутулятся, опускают голову вниз, втягивая ее в слегка приподнятые плечи; подхалим наклоняет весь торс вперед, взгляд при этом устремлен на собеседника, на лице широкая, подобострастная улыбка, в глазах – еле заметный хитрый смех. Походка также красноречиво характеризует человека: ходит ли он

размашистыми или мелкими шажками, в каком положении при этом находятся руки и т.п.

О многих чертах характера можно узнать и по *состоянию внешнего вида* (одежде, атрибутам), которые могут выдать неряшливость, пренебрежительное отношение к своей внешности или, напротив, педантичность, аккуратность, бережливость и т.п.

При определении характера по внешности, необходимо учитывать, что некоторые люди пытаются скрыть под маской внутреннее содержание характера. Но как бы искусно человек не играл, в определенных ситуациях ему приходится обнажать свое истинное лицо (например, в конфликтных ситуациях или в экстремальных обстоятельствах).

Характер является целостным образованием, системой свойств личности, находящихся в определенных отношениях друг к другу. В структуре характера выделяются несколько групп черт, выражающих различное отношение личности к действительности.

1. отношение к деятельности;
2. отношение к себе;
3. отношение к другим;
4. отношение к окружающим.

Определяющую роль в формировании характера играет *отношение человека к другим людям*. Часто при длительном общении взаимное воздействие людей друг на друга накладывает значительный отпечаток на их характер: возможно как взаимное уподобление, так и возникновение противоположных, но взаимодополняющих черт.

Взаимоотношения с другими людьми выступают определяющими *в отношении к деятельности*, вызывая

повышенную активность, напряжение сил, или, напротив, успокоенность и безынициативность.

В свою очередь отношение к другим людям и к деятельности обуславливает *отношение человека к собственной личности*, к самому себе: правильное оценочное отношение к другому человеку является основным условием самооценки. Следовательно, отношение к другим людям - не только важная часть характера, но и основа формирования самосознания личности.

Необходимо помнить об определенной условности разделения черт характера, поскольку существует тесная взаимосвязь и взаимопроникновение указанных аспектов отношений.

Динамика характера находится в прямой зависимости от динамики внешней действительности, проявление тех или иных черт зависит не только от прошлого опыта, но и от требований, которые предъявляют человеку в данный момент, от ситуации, в которой он находится. Поэтому структуру характера необходимо рассматривать всесторонне, анализировать поведение в различных ситуациях, и не вообще, а в развитии, в зависимости от условий жизни и воспитания.

Наиболее *общими свойствами характера* принято считать следующие: сила – слабость; твердость – мягкость; цельность – противоречивость и широта - узость.

Под *силой* характера понимается энергия, с которой человек преследует поставленные цели (способность страстного увлечения, развитие большого напряжения сил, умение преодолевать трудности); *слабость* характера

связывается с проявлением нерешительности, неустойчивости взглядов, малодушия и т.п.

Твердость характера определяется жесткой последовательностью, упорством в достижении целей, отстаивании взглядов и т.п.; *мягкость* характера означает гибкое приспособление к изменяющимся условиям, нахождение разумных компромиссов.

Цельностью называют гармонию ведущих и второстепенных черт характера и отсутствие противоречия в стремлениях и интересах; *противоречивость* характера выражается в резком контрасте ведущих и второстепенных черт.

Широта (полнота) характера проявляется в разносторонности стремлений и увлечений человека, разнообразии его деятельности; под *узостью* характера понимается склонность к самоограничению, сужению сферы своих интересов, притязаний, деятельности.

Следует учитывать, что многогранность характера не исключает проявления различных (и даже противоположных) свойств, именно в этом и проявляется единство характера.

Учение о характере – **характерология** – имеет длительную историю своего развития, основными проблемами является установление типов характера и их определения по его проявлениям для прогнозирования поведения человека в различных ситуациях.

Попытки классифицировать характеры предпринимались неоднократно, но многие из классификаций исходят из оснований, являющихся внешними, опосредованными факторами развития личности.

Одна из древнейших попыток прогнозирования поведения человека является объяснение его характера датой его рождения, такие способы предсказания судьбы и характера человека получили название *гороскопов*. Практически все гороскопы состояются одинаково: временной период разбивается на определенные интервалы, каждый из которых имеет свой знак, символ, через призму различных свойств этого символа и делается описание характера человека.

Не менее известны попытка найти прямую связь между характером человека и его *именем*.

На развитие характерологии большое влияние оказало учение о связи между внешним обликом человека и его характером – *физиогномика* (от греч. *physis* – «природа», *gnōtōn* – «знающий»). Еще *Аристотель* и *Платон* полагали, что можно определить характер человека, находя в его внешности общее с каким-нибудь животным и приписывая характерные черты этого животного человеку. Особое внимание уделялось такой черте лица, как *нос*: например, толстый, как у быка, нос символизировал лень, а нос, как у льва – важность.

Наиболее известна физиогномическая система *И.К. Лафатера*, который считал основным путем познания человеческого характера изучение строения головы, конфигурации черепа, мимики и т.д. Так, например, один из его последователей отмечал, что степень сжимания *зуб* прямопропорциональна твердости характера: расслабленные губы – признак обладания «женскими» чертами (мягкость, любезность) и т.п.

Знаменитую и богатую историю имеет *хиромантия* (от греч. *cheir* “рука”, *manteia* – «гадание», «пророчество») – система предсказания черт характера

человека и его судьбы по кожному рельефу ладоней. Наибольший расцвет хиромантия получила в XVI-XVIII вв.. Научная психология всегда отвергала хиромантию, но было бы правильнее рассматривать ее как анатомическую или физиологическую особенность организма.

Существует теория, определяющая типы характеров **по преобладанию рассудка, воли, эмоций**:

-рассудочный характер с преобладание рационального мышления;

-эмоциональный характер с преобладанием эмоциональных порывов;

-волевой характер с преобладанием целеустремленности, активности, деятельности.

Хорошо известна классификация **по направленности личности на внутренний или внешний мир** (К. Юнг):

-интравертированный (внутренне сосредоточенный, замкнутый);

-экстравертированный (открытый человек, активный, общительный).

Кроме того, существует деление на типы **по степени самостоятельности личности**:

-конформный (легко соглашающийся с мнением других, подчиняющийся мнению окружающих);

-самостоятельный (отличающийся стойкостью убеждений, навязывающий свою волю и мнение другим).

Свою классификацию характеров предлагает *М.И. Еникеев*:

-гармонически целостный тип (хорошо адаптируемый, отличающийся устойчивостью отношений, общительный, волевой, принципиальный);

-внутренне конфликтный тип, но внешне согласованный со средой (склонность к импульсивным

действиям, устойчивая система отношений, коммуникативные связи достаточно развиты);

- конфликтный тип с пониженной адаптацией (конфликтность между эмоциональными побуждениями и социальными особенностями, преобладание отрицательных эмоций, неразвитость коммуникативных свойств);

- вариативный тип (неустойчивость позиций, беспринципность, приспособленчество к внешним обстоятельствам).

ГЛАВА V «Психология социальных групп и межличностных отношений»

§5.1 «Понятие и классификация социальных групп»

От рождения до смерти каждый из нас значительную часть своего времени проводит в различных группах - дома, на работе или в учебном заведении, в гостях, на занятиях спортивной секции, среди дорожных попутчиков в купе железнодорожного вагона и т.д. Люди в группах трудятся и отдыхают, ведут семейную жизнь и воспитывают детей. При этом они вступают в определенные контакты с другими людьми, так или иначе взаимодействуют с ними - помогают друг другу или, наоборот, конкурируют. Порой люди в группе переживают одни и те же психические состояния, и это определенным образом влияет на их деятельность.

Для того чтобы разобраться в понятии «социальная группа» необходимо выяснить *причины объединения* людей в группы:

1. **Человек - существо социальное** и стать личностью может лишь в обществе себе подобных, взаимодействуя с ними, усваивая опыт предыдущих поколений, язык и культуру. Как пример, вспомните детей, найденных в разных частях земного шара, которые с раннего детства воспитывались среди зверей в результате чего они не были похожи на человека в психическом плане.

2. **Объединение с другими людьми позволяет выполнять сложные виды деятельности**, достичь больших результатов труда. Деятельность нескольких человек приносит большие результаты, чем индивидуальный труд.

3. Только в общении с другими людьми человек может **удовлетворить различные потребности**, в том числе высшие (в общении, в статусе, в самореализации).

4. Только группа дает **чувство безопасности и защиты**. Когда человек чем-либо напуган, испытывает чувство страха, неуверенности, дискомфорта, у него возникает желание поделиться с кем-нибудь своими проблемами, выговориться. Обращаясь за помощью к другим, он тем самым избавляется от страхов и обретает относительное спокойствие.

Основой объединения становится совместная деятельность, в ходе которой происходит распределение ролей и статусов членов группы и формируются различные отношения:

- производственные (по поводу того, что и как делается);
- управленческие (руководитель-подчиненный);
- межличностные (симпатии, антипатии, взаимная зависимость).

Таким образом, **социальная группа** - общность людей, объединенных едиными целями, потребностями, совместной деятельностью и составляющая элемент социальной структуры общества.

Можно дать и другое определение группы. **Группа** - это существующее в едином пространстве и времени объединение людей, взаимодействующих в совместной деятельности и вступающих в определенные деловые и межличностные отношения.

Структура различных социальных групп достаточно схожа:

- лидер, руководитель,
- сублидер,

- исполнители,
- аутсайдеры.

В каждой есть *управляющее звено*, т.е. один или несколько человек, наиболее четко представляющие себе цели совместной деятельности и способные организовать других на их достижение. Необходимо отметить, что существуют несколько уровней целей, цели высшего уровня осознаются не всеми членами группы, а лишь ее ядром.

Три основных теоретических подхода к пониманию лидерства:

- *«теория черт»*, согласно которой лидером может быть лишь тот человек, который обладает определенным набором личностных качеств, определенных психологических черт, среди которых инициативность, общительность, чувство юмора, энтузиазм, уверенность и др.;

- на смену этой теории пришло новое объяснение, сформулированное в *«ситуационной теории лидерства»*, что лидер лучше других может актуализировать в конкретной *ситуации* присущую ему черту (наличие которой в принципе не отрицается и у других лиц);

- третий вариант был представлен в *«синтетической теории лидерства»*, во главу угла ставятся не просто ситуации, но конкретные задачи групповой деятельности, в которых определенные члены группы могут продемонстрировать свою способность организовать группу для решения этих задач. Отличие лидера от других членов группы проявляется при этом не в наличии у него особых черт, а в наличии более высокого уровня влияния.

Видимо сторонники всех трех теорий по-своему правы, и истина лежит посередине: лидером может быть человек, обладающий определенными чертами характера, умеющий использовать их в конкретной ситуации и, безусловно, имеющий влияние на других членов группы.

Следует разделять такие понятия как лидер и руководитель. Если в основе управления лежат документы (инструкции, положения, уставы), речь идет о руководстве; если межличностные отношения (симпатии-антипатии), - о лидерстве. Руководитель назначается, а лидер является неформальным руководителем группы. В реальной группе (например, учебной) есть руководители и лидеры, которые могут не совпадать в одном лице. Подобное совпадение - идеальный вариант, но это бывает очень редко.

Поговорим о различных *стилях управления группой*, т.е. о совокупности средств психологического воздействия, которыми пользуется лидер (руководитель) для оказания влияния на других членов группы, среди которых он имеет высокий статус. Традиционно принято различать три основных стиля лидерства:

- **авторитарный**, который характеризуется выраженной властью лидера, директивностью его действий, единоначалием в принятии решений, систематическим контролем за действиями подчиненных, для такого лидера идеальный подчиненный - дисциплинированный исполнитель;

- при **демократическом стиле** лидер обращается к мнению зависимых от него людей, советуется с ними, привлекает их к выработке и принятию решений, к сотрудничеству в управлении группой, такой лидер особенно ценит тех подчиненных, кто самостоятелен и

инициативен, творчески подходит к работе, он уделяет большое внимание не только деловым, но и личным взаимоотношениям в группе;

- **либеральный лидер** фактически уходит от своих обязанностей по руководству группой и ведет себя так, как будто он не лидер, а рядовой член группы, т.е. он является лидером лишь номинально.

Поначалу считалось, что наилучшим стилем лидерства является демократический, т.к. в нем больше привлекательных черт, в группе создается самая благоприятная атмосфера для творческой работы, этот стиль способствует решению группой наиболее сложных задач.

Но нередко предпочтительнее оказывается авторитарный стиль лидерства или даже либеральный стиль. Поэтому на практике самым удачным является не какой-либо один из трех перечисленных стилей, а комбинированный стиль лидерства, при котором лидер, умея вести себя по-разному, гибко меняет стиль своего поведения в зависимости от сложившейся в группе обстановки.

Другой элемент внутригрупповой структуры - **сублидер**, находящиеся в тени, но при необходимости способные взять на себя управление группой, как правило - это «мозговой центр» группы. Чаще всего сублидер находится в оппозиции к руководству группой, такое положение необходимо для развития группы.

Исполнители - следующий элемент группы, это те, кто полностью поддерживает лидеров и выполняет основную часть совместной деятельности. Это самый многочисленный слой группы.

Последний элемент группы - «аутсайдеры», члены группы с самым низким статусом, среди которых могут находиться с одной стороны оппозиционеры лидеру, с другой стороны, «добровольные» шуты, не осознающие до конца своего места в группе. Аутсайдеры нужны для эмоциональной разрядки и для внутренней устойчивости группы.

Знание структуры группы необходимо для того, чтобы лучше понимать роли и статусы членов группы, воздействовать на тех, кого группа слушается и правильно выбирать методы влияния на группу.

§5.2 «Динамика формирования межличностных отношений в группах»

Новая группа формируется при появлении конкретной социальной потребности (в новом виде деятельности, формах досуга, передачи социального опыта). Условно можно выделить несколько этапов формирования социальных групп.

Начальным этапом является осознание этой потребности одним человеком или несколькими людьми и создание ядра будущей группы, а также происходит увязка потребностей: общественных с личными. Социальная направленность группы во многом зависит от того, кто и как это сделает.

Следующий этап - ассоциация (объединение) тех, для кого цели, способы совместных действий, сформулированные ядром, отвечают их внутренним побуждениям, накопленному социальному опыту, ориентациям. В это время вырабатывается «групповая мораль», т.е. общие «правила» поведения и деятельности.

На заключительном этапе проверяются и закрепляются наиболее удачные способы и формы деятельности, ролей членов группы (т.е. функций, выполняемых каждым членом группы) и групповые санкции (т.е. способы наказания нарушителей «групповой морали», которые дестабилизируют сложившееся положение). Как правило, санкции не изменяются и система санкций отражает уровень развития общества: чем более жесткие санкции, тем более тоталитарно общество.

Классификация социальных групп.

Существует огромное количество социальных групп: одни группы распадаются, другие возникают. Имея много общих черт в структуре, причинах и динамике формирования, каждая социальная группа имеет свои особенности и отличия от других. Поскольку понятие группы охватывает различные аспекты человеческой деятельности, виды групп можно дифференцировать по различным логическим основаниям.

Одним из оснований для деления является **размер группы**, согласно которому выделяются большие (дистантные), средние и малые (контактные) группы.

По отношению к *большим группам* сам термин «группа» весьма условен (в разных источниках дают определения, общее основание в которых - *большая группа* - это крупное социальное объединение), так как к ним относятся социальные слои, нации, этнические группы и т.п., особенностями которых являются:

- структурная сложность группы, в которую входят различные элементы (средних и малых групп), следовательно несколько лидеров;

- управление группой носит пространственный характер;
- члены группы могут не знать друг друга;
- посредником между членами группы в установлении контактов являются средства массовой информации (СМИ): радио, телевидение, печать, видео- и звукозапись;
- групповая мораль носит рекомендательный характер.

Кроме того, в больших социальных группах существуют специфические регуляторы поведения: нравы, обычаи, религия и т.д. Их существование обусловлено наличием специфической общественно-исторической практики, с которой связана данная группа, а также относительной устойчивостью, с которой воспроизводятся исторические формы этой практики, обуславливающие образ жизни данной группы. Важную роль в существовании больших социальных групп играют религиозные верования (религиозные общества), а также язык (этнические группы). В качестве заменителя языка для некоторых возрастных (молодежных) и сословных групп, а также асоциальных групп выступает жаргон, служащий для общения только внутри группы.

Системы больших групп, взаимодействующих в решении тактических социальных целей, образуют сверхбольшие сообщества - сословия, классы, отрасли промышленности, политические движения и т.п., то есть образуют человеческое общество - макроструктуру, в которую посредством участия в жизни групп включен каждый человек.

К средним группам можно отнести коллектив Российского университета транспорта, коллектив

института. Эти группы характеризуются следующими особенностями:

- региональным (территориальным) единством членов группы;
- однородностью составляющих группу элементов;
- возможностью непосредственного общения большинства членов группы;
- управляющий центр находится внутри группы, но иногда может быть и внешнее руководство.

Малая группа - это совокупность людей, совместно выполняющих определенную целенаправленную деятельность и имеющих непосредственные контакты в соответствии с характером решаемых задач.

Общение и взаимодействие людей в разных видах деятельности осуществляется преимущественно именно в малых группах, где возможны непосредственные контакты в решении деловых, бытовых, специальных профессиональных вопросов.

К особенностям **малых групп** относятся:

- наличие плотных межличностных связей между всеми членами группы;
- наличие одного устойчивого лидера, на котором замыкаются информационные потоки;
- основой формирования, как правило, являются межличностные отношения;
- по поводу количественных характеристик малых групп до сих пор не прекращаются споры: «нижним» пределом считается «триада» (три человека), при меньшем количестве образуется «диада» или «бинарная» группа со своими особыми законами функционирования.

По поводу «верхнего» предела достаточно стойкими оказались представления, сформированные на основании открытия Миллером «магического числа» 7 ± 2 , которое было открыто при исследовании объема оперативной памяти и означало количество предметов, одновременно удерживаемых в памяти. Но впоследствии аргументы в пользу магического числа применительно к малым группам экспериментально не подтвердились. Если обратиться к практике исследования, то там находим самые произвольные числа, определяющие верхний предел: 10, 15, 20 и даже 40 человек, при большем количестве она распадается (т.к. в ней выделяются несколько лидеров). Итак, за малую группу принимается такая группа, которая представляет собой некоторую единицу совместной деятельности, ее размер получается эмпирически: например, при исследовании семьи как малой группы на равных будут исследоваться и семьи, состоящие из трех человек, и семьи, состоящие из двенадцати человек.

Длительность существования малой группы может быть различной. Так, группа может быть создана для выполнения какого-либо конкретного задания и существует лишь на протяжении его выполнения. Но она может быть и относительно постоянной. Одним из факторов, влияющих на эффективность деятельности малой группы, является ее величина. Но практика показывает, что эффективность зависит и от того, как она организована. В зависимости от конкретных задач возможны различные варианты функциональной организации группы: «цепочка», «звезда», «круг», «сеть».

Группа организуется по принципу «цепочки» в том случае, когда задача решается путем последовательного

выполнения ряда операций, и каждая операция поручается отдельному работнику.

Если операции выполняются сотрудниками параллельно и независимо друг от друга, а их планирование и координация осуществляется каким-то определенным лицом, то функциональная структура группы представляет собой «звезду». Если процесс организован циклически, т.е. так, что составляющие операции последовательно выполняются разными сотрудниками, но при этом завершающая операция одного цикла является начальной для другого цикла, то функциональная структура группы образует «круг».

В том случае, когда по ходу работы все члены группы связаны друг с другом, ее функциональная структура образует «сеть» (полную или неполную).

В системах управления малая группа выступает как коллективный субъект деятельности, ведущую роль в котором играют информационные связи между членами группы, определяемые ее функциональной организацией.

Малые группы следует рассматривать также как и микросистемы, которые в свою очередь выступают как микрокосмы более крупных социальных объединений. Поэтому изучение малых групп - источник эффективных умозаключений о социальных системах вообще.

Существует также проблема межгрупповых отношений, взаимодействия малых групп, на основе которого возникают средние и большие группы.

По критерию *организованности* группы можно разделить на:

- *формальные (официальные)*, которые формируются по воле других социальных вышестоящих групп (организаций) в соответствии с потребностями

общества, задачами организации труда, подготовки кадров и т.п. Признаками формальной группы являются:

1. Юридически фиксированный статус.

2. Нормативно закрепленная структура и предписанный алгоритм деятельности (например, на основании уставов, инструкций т.п.).

3. Наличие назначенного сверху или избранного руководителя, обладающего правовой властью (контроль, отчетность, поощрения, наказания и т.п.).

- **полуформальные** группы, в которых деятельность каждого участника также регламентирована документально, но выполнение требований документов (так же, как и само участие в группе) происходит на добровольной основе: это все общественные организации;

- **неформальные** группы сверху никем не организовываются, возникают спонтанно на основе появляющихся между людьми симпатий и антипатий, сходных интересов, дружбы, взаимопомощи и т.д. Неформальные группы могут складываться как внутри формальных групп (на основе общей профессиональной направленности), так и выступать как изолированные сообщества вне совместной профессиональной направленности (на основе общих интересов - спортивных, игровых, дружеских).

Общими признаками неформальных групп являются:

1. Внутренние психологические стимулы их формирования на основе межличностных отношений.

2. Отсутствие официальных нормативных предписаний, алгоритмов деятельности, распоряжений о распределении ролей.

3. Наличие лидера, т.е. лица, выбираемого самой группой на основе высокой компетентности в соответствующем виде деятельности и личностной привлекательности для всех членов группы.

По другому критерию - *время существования групп* выделяются:

- *постоянные* группы (например, производственные коллективы);
- *временные* (учебная группа);
- *эпизодические* (случайные) группы: на транспорте, в местах отдыха и т.п.

Время существования группы связано с воздействием на человека: как правило, в эпизодической группе человек более «раскован». Здесь наблюдается «феномен попутчика», когда мы можем рассказать самое сокровенное случайному человеку, зная, что больше никогда не встретимся.

Одним из оснований выделения групп является *степень влияния группы на поведение человека (значимость конкретной группы для личности):*

- *референтная* (эталонная) (от лат. *referre* - сообщать) группа, т.е. реальная или вымышленная группа, члены которой являются образцом поведения для конкретной личности, т.е. на нормы и ценности которой индивид ориентируется в своем поведении. Индивид может считать референтной свою группу, в которую он реально включен. Он может считать эталонной какую-либо другую реальную группу, к которой хотел бы принадлежать. Референтная группа может быть условной, воображаемой.

Референтная группа может выполнять две основные функции: нормативную и сравнительную.

Нормативная функция референтной группы состоит в том, что она может выступать как источник норм поведения, социальных установок и ценностных ориентаций личности, т.е. влиять на формирование мотивационных установок человека.

Сравнительная функция референтной группы выступает в качестве эталона-образца, с помощью которого индивид может некоторым образом оценить себя и других людей по определенным критериям: уму, таланту, профессиональному мастерству. Эту функцию можно назвать **перцептивной**, так как она влияет на восприятие индивидом себя и окружающих.

Нормативная и сравнительно перцептивная функции могут быть представлены для индивида как в двух различных, так и в одной и той же группе.

Выделяют также «положительные» референтные группы, к которым индивид желал бы принадлежать в силу присущих ему идеалов, и «отрицательные» референтные группы, вызывающие неприятие у индивида (отрицательный образец). Поэтому конформность по отношению к одной референтной группе может сочетаться с негативизмом по отношению к другой.

У каждого человека обычно одновременно имеется несколько референтных групп в соответствии с присущим ему разнообразием интересов и видов деятельности. Трудно переоценить влияние референтной группы на поведение человека - она может стать либо источником антиобщественного поведения (часто это происходит в подростковом возрасте) либо мощным средством перевоспитания человека. Зная референтную группу, можно прогнозировать поведение человека, меняя группу, можно изменить поведение человека;

- **группа присутствия (включения)** - это малая контактная группа, в которую включен конкретный индивид и которую он всегда оценивает с точки зрения реализации своих возможностей, своих социальных позиций, уровня притязаний, а также дает ему определенную оценку.

Необходимо отметить, что особенностью этих групп является невозможность их совпадения: попадая в группу, которая была для него референтной, человек переориентируется на новые цели, идеалы, эталоны; вспомните пословицу: «Хорошо там, где нас нет». Если у человека нет референтной группы, то ему не к чему стремиться, теряется смысл.

По уровню организации различают **группы низкого и высокого уровня развития**.

К **группам низкого уровня развития** относят *ассоциации, корпорации, диффузные группы*.

- **Ассоциация** (от лат. associatio - соединение) как социально-психологическое явление, означающее группу, в которой отсутствует объединяющая ее продуктивная деятельность, четкая организация и управление, а ценностные ориентации не осознанны, неустойчивы, ситуативны, межличностные отношения проявляются только в условиях непосредственного группового общения. Такие объединения склонны к текучести, неустойчивости. В зависимости от социальной значимости факторов, которые опосредуют образование таких объединений, выделяют **просоциальные объединения (ассоциации)**, в которые из внешней социальной среды привнесены позитивные нравственные ценности. **Просоциальные** группы, занятые общественно полезной деятельностью, цели и мораль которых

совпадают с целями и моралью общества (производственные, учебные коллективы, общественные и самодеятельные организации) требуют всяческой поддержки. Если эти ценности упрочиваются в процессе совместной трудовой деятельности, решения общественно значимых задач, соответствующей организацией и управлением, то они могут развиваться в сторону образования коллектива. Ассоциации, в которых социальные ориентации имеют негативный характер, образуют **асоциальные объединения**. **Асоциальные** группы ориентированы на удовлетворение потребностей своих членов, ставящие эти потребности на первое место, но не вступающие в конфронтацию с основными социальными структурами (спортивные фанаты, хиппи, рокеры). Асоциальные группы требуют особого профилактического внимания, важно не допустить их перерождения в антисоциальные. Они иногда приобретают явно антиобщественный характер и образуют **антисоциальные группы**, действия которых сознательно или неосознанно направлены на подрыв сложившейся в нашем обществе отношений, экономических и политических порядков.

- **Корпорация** (от лат. Corporatio - объединение) - это группа, которая характеризуется замкнутостью, авторитарностью управления, противопоставляет себя другим социальным общностям на основе своих узколичностных, корыстных интересов. Межличностные отношения здесь характеризуются асоциальными ценностными ориентациями. Управление корпорацией осуществляется ее лидерами силовыми методами за счет подавления личности других членов сообщества,

например в воровской шайке, в религиозных сектах, в мафиозных структурах.

- **Диффузная группа** (от лат. Diffusio - различие, рассеивание) - это совокупность людей, в которой отсутствует сплоченность на основе общих ценностных ориентаций и совместной продуктивной деятельности. Такие группы возникают как случайные ситуативные объединения людей: зрители в театре, очередь, пассажиры автобуса и т.п. Аналогом такой группы можно считать случайно подобранных лиц для проведения лабораторного социально-психологического эксперимента, что характерно для многих зарубежных исследователей малых групп.

К группам **высокого уровня развития** относят:

- контактные группы с **положительной социальной ориентацией**, сплоченностью, общими ценностными ориентациями. К таким группам можно отнести всякую группу, включенную в созидательную общественную полезную деятельность и обладающую четкой внутренней структурой (учебная группа и т.д.);

- контактные группы высшего уровня организации - **коллективы** (от лат. coollectivus - собирательный). В отличие от обычных малых групп для коллектива характерны следующие признаки:

1. Стоящая перед группой социально значимая цель осознана и принята всеми членами группы, вкладывающими максимум своих способностей в ее достижение и обеспечивающими тем самым оптимальную эффективность деятельности.

2. В коллективе должны присутствовать наиболее ценные типы межличностных отношений между сотрудниками: доверие, взаимопомощь,

взаимопонимание, сплоченность и другие качества, обеспечивающие положительный психологический климат, высокую работоспособность и устойчивость группы.

3. Коллектив должен возглавлять руководитель-лидер, т.е. лицо, совмещающее в себе способности хорошего организатора и одновременно высокого профессионала, уважаемого и эмоционально привлекательного для всех членов группы.

По степени развития групповой морали, ее соответствия общественным нормам выделяются ***примитивные и развитые группы***.

Подробнее остановимся на психологической характеристике примитивной группы, так как по роду своей профессиональной деятельности вам придется часто встречаться именно с этим видом групп.

Итак, ***примитивная группа*** - это стихийно складывающееся образование, базирующееся на наиболее низменных побуждениях членов данной группы. Такая группа может сформироваться практически из любой социальной структуры.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Применение человеком определенных психологических знаний облегчает труд, помогает регулировать и строить взаимоотношения с людьми, глубже понимать мотивы их поступков, познавать объективную действительность, правильно оценивать ее и использовать результаты познания в практике.

Решение множества жизненно-важных вопросов, возникающих перед современной личностью требуют от нее не только широкого кругозора, культуры, специальных знаний и жизненного опыта, но и знаний психологии. Чтобы правильно разбираться в сложных взаимоотношениях людей, их намерениях и поступках, в запутанных ситуациях, которые находят свое отражение в современной реальности, надо знать закономерности психической жизни, содержание которой было раскрыто в настоящем пособии.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА I «Предмет, цель и задачи психологической науки. История развития психологии, ее основные отрасли и методы».....	5
§1.1 «Общие представление о психологии как науке: предмет, цель и задачи психологии»	5
§1.2 «Общие представления о психологии, как науке: история развития, методологические основы»	6
§1.3 «Краткая характеристика методов психологии» ..	9
ГЛАВА II «Психические познавательные процессы».....	13
§2.1 «Понятие ощущения и восприятия»	13
§2.2 «Общая характеристика различных видов и процессов памяти»	18
§2.3 «Понятие мышления»	21
§2.4 «Характеристика речи».....	24
§2.5 «Понятие внимания»	26
§2.6 «Психологическая характеристика представления».....	27
§2.7 «Понятие воображения»	27
ГЛАВА III «Психические эмоционально-волевые процессы и психические состояния»	30
§3.1 «Основные функции эмоций и чувств»	30
§3.2 «Понятие стресса».....	34
§3.3 «Понятие фрустрации»	38
§3.4 «Понятие аффекта»	39
§3.5 «Виды чувств и их значение для жизни человека»	43
§3.6 «Воля. Структура волевых действий»	46

ГЛАВА IV «Личность как объект психологического познания»	49
§4.1 «Основные компоненты психологической структуры личности»	49
§4.2 «Содержание психологических свойств и качеств личности как объекта познания»	51
§4.3 «Характер как свойство личности»	61
ГЛАВА V «Психология социальных групп и межличностных отношений».....	71
§5.1 «Понятие и классификация социальных групп». 71	
§5.2 «Динамика формирования межличностных отношений в группах»	76
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	89
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	92

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Агеев В.С. Психология межгрупповых отношений. М., 1983.
2. Алиев Х. Защита от стресса. М., 1996.
3. Андреева Г.М. Социальная психология. - М.: «Аспект Пресс», 2008.
4. Бакеев В.А. Слухи: пути их предупреждения и пресечения, (социально-психологический аспект). М., 1989.
5. Бодров В.А. Информационный стресс. М., 2002.
6. Братусь Б. С. Аномалии личности. М., 1988.
7. Буянов М.И. Страсти и судьбы. М., 1995.
8. Введение в психологию. Под ред. А.В. Петровского. М. 1995.
9. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию: Курс лекций. Для вузов. М., 1996.
10. Козлов Н. Как относиться к себе и людям, или практическая психология на каждый день. 2-е изд. М., 1996.
11. Маклаков А.Г. Общая психология: Учебник для вузов. - СПб.: Питер, 2010.
12. Морозов А.В. Деловая психология. СПб., 2000.
13. Осницкий А.К. Психология самостоятельности: Методы исследования и диагностики. М., 1996.
14. Петровский А.В. Психология о каждом из нас и каждому из нас о психологии. М., 1996.
15. Регуш Л.А. Наблюдение в практической психологии (характеристики, методики, упражнения). СПб.1996.
16. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. - СПб.: Питер, 2010.

17. Рюкле Хорог. Ваше тайное оружие в общении: мимика, жест, движение. М., 1996.
18. Соколова Е.Е. Тринадцать диалогов о психологии. М., 1995.
19. Сундиев И.Ю. Личность, группа, общество в экстремальные периоды развития. М., 1993.
20. Тугушев Р.Х., Гербер Е.И. Общая психология. - М.: Эксмо-Пресс, 2006.
21. Экман П. Психология лжи. СПб.2000.

Св. план 2017 г., поз.254

Мусатова Оксана Алексеевна

ПСИХОЛОГИЯ

Учебное пособие

Тираж 80 экз.

Москва, Издательский центр Onebook