



Ирина Макарова

Психология: конспект лекций

Тема 1. Психология как наука

1.1. Особенности психологии как науки

Во все времена человечество интересовали вопросы о том, что есть человек: чем определяются причины и закономерности его поступков, законы поведения в обществе, внутренний мир. Интригующей представлялась задача понять, как возникают мысленные образы, что такое сознание, мышление, творчество, каковы их механизмы. На все эти и многие другие вопросы стремится ответить психология, которая с момента своего возникновения балансирует между наукой, искусством и верой. С чем связаны трудности ее становления?

Во-первых, это наука о самом сложном из всего, что известно человечеству. Еще древнегреческий философ Аристотель, начиная свой трактат «О душе», писал: «Среди прочих знаний исследованию о душе следует отвести одно из первых мест, так как оно – знание о наиболее возвышенном и удивительном». А великий физик А. Эйнштейн, знакомясь с опытами знаменитого психолога Ж. Пиаже, резюмировал свои впечатления в парадоксальной фразе о том, что изучение физических проблем – это детская игра в сравнении с загадками психологии детской игры.

Во-вторых, в психологии человек одновременно выступает и как объект, и как субъект познания. Происходит уникальное явление: научное сознание человека становится научным самосознанием.

В-третьих, в психологических изысканиях особенно остро стоит трудная и неоднозначно решаемая проблема объективности научного познания. Многие ученые отказывались от признания психологии объективной научной дисциплиной, аргументируя это невозможностью объективно изучать субъективный внутренний мир человека, который непосредственно открыт для познания только ему одному.

Трудности становления и развития психологии определяются, наконец, тем фактом, что это очень молодая наука. Несмотря на то что вопросы о сущности и особенностях человеческой психики ставились еще в работах античных и средневековых философов, официальное оформление научная психология получила немногим более ста лет назад – в 1879 г., когда немецкий психолог В. Вундт открыл в Лейпциге первую лабораторию экспериментальной психологии.

Само слово «психология» впервые появилось в XVI в. в западноевропейских текстах. Оно образовано от греческих слов «psuch e» (душа) и «logos» (знание, наука): переводя дословно, психология есть наука о душе. Это определение не соответствует современным взглядам на психологическую науку. В названии отражены представления о психологии, характерные для периода ее зарождения и первоначального развития в рамках философии. Согласно философскому пониманию того времени предметом психологии выступала именно душа – главное, сущностное начало объектов живой природы, причина жизни, дыхания, познания и т. д.

Становление психологии как самостоятельной, действительно научной дисциплины происходило также на фоне открытий, которые совершались в рамках естественнонаучных исследований. Психология возникла на пересечении двух больших областей знаний – философии и естественных наук, и до сих пор не определено, считать ее естественной наукой или гуманитарной.

Слова «психолог», «психология» вышли за рамки научных трактатов и получили развитие в повседневной жизни: психологами называют знатоков человеческих душ, страстей и характеров; слово «психология» употребляется в нескольких значениях – под ним понимают как научное, так и ненаучное знание. В обыденном сознании эти понятия часто смешиваются.

У каждого человека есть запас житейских психологических знаний, основой которых является жизненный опыт. Мы можем понять другого, повлиять на его поведение, предсказать его поступки, помочь ему. Быть хорошим житейским психологом – одно из важных требований, предъявляемых к специалистам в тех профессиях, которые предполагают постоянное общение с людьми, таких как педагог, врач, менеджер, продавец и т. д. Ярчайшими образцами житейской психологии являются те произведения литературы и искусства, где представлен глубокий психологический анализ жизненных ситуаций и мотивов поведения героев. Содержание житейской психологии находит свое воплощение в обрядах, традициях, пословицах, поговорках, притчах, ритуалах, закрепляющих в себе многовековую народную мудрость. В связи с этим возникает вопрос: нужна ли научная психология, или, может быть, знаний и опыта, накопленных в житейской психологии, достаточно для того, чтобы помочь человеку преодолеть жизненные трудности, понять других людей и себя самого? Чтобы ответить на этот вопрос, необходимо осознать принципиальную разницу между житейскими и научными психологическими знаниями. Просматриваются три основных различия.

1. По степени обобщения знаний и формам их представления. Житейские психологические знания конкретны: они связаны с определенными людьми,

определенными ситуациями и частными задачами. Понятиям житейской психологии, как правило, свойственны расплывчатость и многозначность. Научная психология, как любая наука, стремится к обобщениям. Для этого четко определяются и используются научные понятия, которые отражают наиболее существенные свойства предметов и явлений, общие связи и отношения.

2. По способу получения знаний и степени их субъективности. Житейские знания о психологии человека приобретаются с помощью непосредственного наблюдения за другими людьми и самонаблюдения, путем практических проб и ошибок. Они носят интуитивный характер, скорее иррациональны и крайне субъективны. Знания житейской психологии зачастую противоречивы, фрагментарны и плохо систематизированы. Методы получения знаний в научной психологии рациональны, осознанны и целенаправленны. Богатство используемых научной психологией методов дает обширный, разнообразный материал, который в обобщенном и систематизированном виде предстает в логически непротиворечивых концепциях и теориях. Для проверки выдвигаемых гипотез в научной психологии ученые разрабатывают и организуют специальные эксперименты, суть которых состоит в том, что исследователь не ожидает случайного проявления интересующих его психических процессов, а создает специальные условия, чтобы их вызвать.

3. По способам передачи знаний. Возможности передачи знаний в житейской психологии от одного человека к другому весьма ограничены. Это связано прежде всего с тем, что существуют трудности в словесном оформлении индивидуального психологического опыта, всей сложной гаммы эмоциональных переживаний, в то же время имеется определенное недоверие к достоверности и истинности подобного рода информации. Этот факт наглядно иллюстрируется извечной проблемой «отцов» и «детей», которая состоит как раз в том, что дети не могут и не хотят перенимать опыт старших. Каждое поколение учится на своих собственных ошибках. Накопление и передача научных знаний происходит в понятиях и законах, научных концепциях и теориях. Они закреплены в специальной литературе и легко передаются от поколения к поколению.

Перечисленные различия показывают преимущества научного психологического знания. Вместе с тем мы не можем отрицать необходимость житейского опыта, играющего важную роль в развитии психологии как науки. Научная психология, во-первых, опирается на житейский психологический опыт; во-вторых, извлекает из него свои задачи; в-третьих, на последнем этапе им проверяется. Взаимосвязь между научным и житейским психологическими знаниями не прямолинейна. Не все профессиональные психологи хорошие житейские психологи. И то, что вы познакомитесь с основами научной психологии, еще не значит, что вы сразу станете знатоками человеческих душ. Однако постоянный анализ возникающих жизненных ситуаций с привлечением знаний, которые вы получите изучая психологию, поможет вам лучше понимать других людей, окружающий мир и в конечном счете себя самих.

Понятия и концепции научной психологии влияют на житейские представления людей о психической жизни. В разговорный язык проникают научные психологические понятия, и люди начинают активно использовать их для описания своих состояний или особенностей личности. Результатом возросшего интереса к научной психологии в обществе стало активное развитие популярной психологии, которая предоставляет фундаментальные научные знания широкой аудитории, делая их более простыми и понятными. Позитивная роль популярной психологии состоит в формировании общей психологической культуры общества и привлечении интереса к психологии как научной дисциплине.

1.2. Предмет и основные принципы психологии

Специфика научного познания задается предметом научного исследования и соответствующими ему методами, которые позволяют раскрыть закономерности изучаемых явлений. Что составляет предмет научного познания в психологии? Наверное, это один из самых сложных вопросов. На протяжении истории развития психологической мысли позиции по нему претерпевали серьезные изменения, не существует единого мнения на этот счет и у современных ученых. В самом общем виде в качестве **предмета психологии** как самостоятельной научной дисциплины могут быть названы явления, факты и закономерности психической жизни человека. Под *психическими явлениями* понимается внутренний, субъективный опыт человека. Фундаментальным свойством такого опыта является непосредственная представленность субъекту. Это означает, что психические процессы не только происходят в нас, но и непосредственно нам открываются: мы не только видим, чувствуем, желаем и мыслим, но и знаем, что видим, чувствуем, желаем и мыслим. Наш внутренний мир как большая сцена, на которой происходят различные события, а мы являемся одновременно и действующими лицами, и зрителями. Психическая жизнь не ограничивается только внутренним опытом, существует целый ряд внешних проявлений психики: актов поведения, неосознаваемых психических процессов, психосоматических отношений и других *психологических фактов*, в которых психика открыто обнаруживает свои свойства, что позволяет изучать механизмы и закономерности ее функционирования.

Действительно, научное познание требует не только описания фактов и явлений, но и их объяснения, что в свою очередь предполагает раскрытие законов и закономерностей, которым подчиняются факты и явления. В связи с этим предметом изучения в психологии становятся не только психологические факты и психологические явления, но также *закономерности психической жизни*.

Изучение предмета современной психологии опирается на ряд принципов, представляющих собой исходные положения, которые позволяют содержательно описывать исследуемый объект, планировать процедуры получения эмпирического материала, обобщать и интерпретировать его, выдвигать и проверять гипотезы.

В качестве основных методологических принципов психологии называют:

принцип детерминизма. Согласно этому принципу, все существующее возникает, изменяется и прекращает существование закономерно. В психологическом исследовании это значит, что психика обусловлена образом жизни и изменяется с изменением внешних условий существования;

принцип единства сознания и деятельности. Сознание и деятельность находятся в непрерывном единстве, однако они не тождественны друг другу. Сознание формируется в деятельности, чтобы в свою очередь влиять на эту деятельность, образуя ее внутренний план;

принцип развития Психика может быть правильно понята только в том случае, если она рассматривается в непрерывном развитии как процесс и результат деятельности. Исследование любого психического явления должно включать в себя характеристику его особенностей в данный момент, историю возникновения и формирования и перспективы развития.

Уникальность психологической науки обусловлена как предметом научного познания, так и методами, которые позволяют не только описывать изучаемые явления но и объяснять их, открывать лежащие в их основе закономерности и предсказывать их дальнейшее развитие.

1.3. Методы психологии

«Метод – это путь познания, это способ, посредством которого познается предмет науки» (С.Л. Рубинштейн). Учение о методе составляет особую область знания – методологию, которая определяется как система принципов и способов организации, построения теоретической и практической деятельности. Методология психологического исследования мира представлена несколькими уровнями. Базовым, создающим основу для всех последующих уровней, является философский уровень методологии, представленный наиболее общими принципами познания мира и мировоззренческими установками. Различные философские системы предлагают свои объяснения мира и методы достижения истинного знания. В психологии за всю историю ее развития сложилось несколько психологических направлений, школ и концепций, которые исходят из разных философских позиций (см. 2.1–2.3).

Второй уровень методологии определяется общенаучными принципами, отражающими специфику научного познания мира и науки как особой сферы человеческой деятельности. Третий уровень составляют конкретно-научные принципы психологии (см. 1.3).

Далее следуют методы исследования, представляющие собой способы получения психологических фактов и их интерпретации. Наконец, последний уровень методологии представлен конкретными эмпирическими методиками, с помощью которых происходят сбор и обработка психологических данных.

Современная психология обладает развернутой системой разнообразных методов и методик исследования, среди которых выделяют основные и вспомогательные. К основным методам психологии относят наблюдение и эксперимент.

Наблюдение заключается в преднамеренном, систематическом и целенаправленном восприятии поведения человека. Объективное наблюдение в психологии направлено не на внешние действия сами по себе, а на их психологическое содержание; для научного наблюдения характерны не просто фиксация фактов, а их объяснение и интерпретация. Наблюдение может проводиться как в естественных условиях жизни человека, так и в специально организованной экспериментальной среде. В исследовательской практике применяются следующие виды наблюдения:

в зависимости от характера взаимодействия с объектом: включенное и стороннее. Во включенном наблюдении исследователь выступает в качестве непосредственного участника того процесса, за которым наблюдает, что позволяет получать целостное представление о ситуации. Стороннее наблюдение происходит без взаимодействия и установления каких-либо контактов с теми, за кем ведется наблюдение;

в зависимости от позиции наблюдателя: открытое и скрытое. В первом случае исследователь открывает для наблюдаемых свою роль – недостатком такого наблюдения является скованность в поведении наблюдаемых субъектов, вызванная знанием о том, что за ними наблюдают. При скрытом наблюдении присутствие наблюдателя не раскрывается;

в зависимости от характера контакта: непосредственное и опосредованное. В ходе непосредственного наблюдения наблюдатель и объект его внимания находятся в непосредственном контакте; в процесс опосредованного наблюдения включаются специальные средства позволяющие получать более объективные результаты: видео– или аудиоаппаратура, «зеркало Гезелла», пропускающее свет только в одну сторону, благодаря чему можно наблюдать за поведением человека, оставаясь при этом невидимым, и др.;

в зависимости от условий осуществления наблюдения: полевое и лабораторное. Полевое наблюдение происходит в условиях повседневной жизни и деятельности наблюдаемого; лабораторное осуществляется в искусственных, специально созданных условиях;

в зависимости от целей: целенаправленное и случайное. Целенаправленное наблюдение является систематическим и специально организованным; случайное имеет поисковый характер и не преследует четко поставленных целей;

в зависимости от временной организации: сплошное и выборочное. В процессе сплошного наблюдения ход событий фиксируется постоянно. При выборочном наблюдении исследователь избирательно отслеживает только определенные моменты наблюдаемого процесса;

в зависимости от упорядоченности организации наблюдения: стандартизированное и свободное. Стандартизированное наблюдение ведется по определенной, заранее разработанной схеме. Свободное наблюдение не имеет заданной программы и четких параметров.

В психологических исследованиях широко используется также самонаблюдение, в котором открываются собственные переживания, чувства, мысли и образы исследователя.

Каждый из названных видов наблюдения имеет свои достоинства и недостатки, собственные возможности для получения наиболее полных и достоверных данных. Однако в целом организация процесса психологического наблюдения представляет большую трудность, так как его результаты зависят от личности наблюдателя, его установок и отношения к наблюдаемым явлениям. Для снижения высокой степени субъективности в получении и интерпретации данных необходимо строгое следование фактам и их четкое фиксирование. Это повышает достоверность наблюдений и помогает избежать ошибок.

Благодаря *эксперименту* у психологии появилась возможность для преодоления субъективности в познании ее предмета, с введением метода экспериментального исследования она стала развиваться как самостоятельная наука.

С.Л. Рубинштейном были выделены четыре основные особенности экспериментального метода:

- 1) исследователь сам вызывает изучаемое им явление – в отличие от наблюдения, при котором наблюдатель не может активно вмешиваться в ситуацию;
- 2) экспериментатор может варьировать, изменять условия протекания и проявления изучаемого процесса;

3) в эксперименте возможно попеременное исключение отдельных условий с целью установить закономерные связи, определяющие изучаемый процесс;

4) эксперимент позволяет варьировать количественное соотношение условий и осуществлять математическую обработку данных.

В психологии практикуются следующие виды экспериментального исследования:

лабораторный эксперимент проводится в специально создаваемых и тщательно контролируемых исследователем условиях, в некоторых случаях используются аппаратура и приборы, что обеспечивает научную объективность получаемых данных. Недостатком этого вида исследования является трудность переноса результатов, полученных в эксперименте, в реальную жизнь. Искусственность и абстрактность лабораторных условий существенно отличаются от условий жизнедеятельности человека;

естественный эксперимент снимает ограничения лабораторного эксперимента Основное достоинство данного метода заключается в сочетании экспериментальности исследования с естественностью условий проведения. Идея проведения психологического эксперимента в естественных условиях жизни людей принадлежит отечественному психологу **А.Ф. Лазурскому** формирующий эксперимент предполагает целенаправленное воздействие на испытуемого в целях формирования у него определенных качеств Он может иметь обучающий и воспитывающий характеры;

констатирующий эксперимент выявляет определенные психические особенности и уровень развития соответствующих качеств.

Кроме вышеперечисленных основных методов в психологии широко применяются методы вспомогательные:

беседа (интервью) – получение информации в процессе непосредственного общения. Различают интервью свободное, в котором отсутствует четкий план беседы и имеется минимальная регламентация, и структурированное, где даются ответы на заранее подготовленные вопросы;

тестирование – психологическая диагностика, предполагающая стандартизированные вопросы и задачи. В психологии создано большое количество специализированных тестов, предназначенных для измерения различных психических свойств и качеств личности: тесты интеллекта, способностей, достижений личности, проективные и многие др. Их применение требует профессиональной психологической подготовки, так как непрофессиональное тестирование может нанести вред человеку. В настоящее время существует также множество так называемых популярных тестов. Как правило, они публикуются в газетах, журналах, доступной широкому читателю литературе. Такие тесты не являются собственно психологическим, профессиональным инструментарием и предназначены для самотестирования; специальной подготовки при этом не требуется;

анализ продуктов деятельности, основанный на общей предпосылке о единстве внутренних психических процессов и внешних форм поведения и деятельности. Изучая продукты деятельности, можно получить важную информацию о психических особенностях ее субъекта. Продуктами деятельности, подвергающимися тщательному анализу в психологии, являются написанные человеком тексты, произведенные предметы и явления, нарисованные рисунки и т. д. Особыми формами данного метода являются графология, позволяющая по особенностям и характеристикам почерка человека

составить психологический портрет его личности, и контент-анализ, имеющий своей целью выявление и оценку психологических характеристик литературных, научных и публицистических текстов и определение на их основе личностных особенностей автора этих текстов. В психологии широко используется изучение результатов изобразительной деятельности человека, особую ценность с этой точки зрения имеют детские рисунки, которые дают возможность понять эмоциональное состояние ребенка, его отношение к окружающему миру, родителям, к самому себе.

Кроме перечисленных методов, предназначенных для сбора первичных данных о развитии психики, в психологии используются методы математической статистики, которые выступают как средства повышения надежности, объективности и точности получаемых результатов.

1.4. Структура современной психологии

В настоящее время психология представляет собой сложную и разветвленную систему направлений научных исследований, структуру которой составляет множество относительно самостоятельно развивающихся отраслей. Расширение и обогащение структуры психологии определено влиянием двух факторов: во-первых, усложняется социальная жизнь и деятельность современного человека, следовательно, перед психологией ставятся новые задачи и вопросы, ответы на которые требуют тщательного изучения новых психологических реалий; во-вторых, развитие самой науки, ее методов исследований позволяют постоянно расширять горизонты психологии. Сегодня насчитывают до ста отраслей психологии, которые находятся на разных стадиях своего развития и становления в качестве самостоятельных научных дисциплин.

Особое положение среди всех направлений занимает *общая психология*, объединяющая различные отрасли в целостное научное знание. Изучая сущность и общие закономерности возникновения, функционирования и развития психики, она представляет собой методологическую и теоретическую основу всех психологических дисциплин. Важное место в структуре психологических знаний занимает *история психологии*, в центре внимания которой находятся процессы развития представлений о природе и сущности психики от древнейших времен до наших дней.

Отрасли психологии принято квалифицировать по разным критериям.

1. Отрасли психологии, изучающие психологические проблемы конкретных видов человеческой деятельности: *психология труда* исследует психологические особенности трудовой деятельности человека, психологические аспекты научной организации труда; *медицинская психология* изучает психологические аспекты здоровья и болезни, психологические основы деятельности медицинского персонала; *педагогическая психология* рассматривает психологические закономерности процессов обучения и воспитания; *юридическая психология* подразделяется на судебную психологию, исследующую психические особенности поведения участников уголовного процесса, криминальную психологию, занимающуюся проблемами поведения и формирования личности преступника, мотивами преступления, а также пенитенциарную психологию, изучающую психологию заключенного в исправительных учреждениях; *инженерная психология* анализирует процессы информационного взаимодействия человека и технических устройств, решение проблем инженерно-психологического проектирования в системе «человек – машина»; *спортивная психология* рассматривает психологические особенности личности и деятельности спортсменов, условия и средства их психологической подготовки; а также отрасли, которые занимаются психологическими

асpekтами рекламы, бизнеса, управления, творчества и многих других видов деятельности человека.

2. Отрасли психологии, изучающие различные аспекты психического развития: *возрастная психология* прослеживает развитие психики в онтогенезе – ее разделами являются детская психология, психология подростка, психология юности, психология взрослого человека, геронтопсихология; *сравнительная психология* изучает закономерности, происхождение и развитие психики животных и человека; *психология аномального развития*, или специальная психология, исследует нарушения психического развития ребенка.

3. Отрасли психологии, изучающие отношения личности и общества: *социальная психология* исследует психические явления в процессе взаимоотношения людей друг с другом, *этнопсихология* акцентирует внимание на этнических особенностях психики людей, этнических стереотипах; и т. д.

Даже упоминание небольшой части развивающихся в настоящее время отраслей психологии позволяет судить о том, насколько многогранна эта наука. Вместе с тем психология представляет собой единую научную дисциплину, основанную на едином предмете исследования и едином методе и включенную в общенаучный контекст.

1.5. Место психологии в системе научного познания

Анализ основных тенденций развития мирового сообщества и прогнозы многих ученых сходятся в том, что первый век третьего тысячелетия будет веком расцвета наук о человеке, веком человекознания и обществознания. **Б.Г. Ананьев** в своей книге «О проблемах современного человекознания» писал, что «об этом свидетельствуют три важные особенности развития современной науки, связанные именно с проблемой человека:

– превращение проблемы человека в общую проблему всей науки в целом, всех ее разделов, включая точные и технические науки;

– возрастающая дифференциация научного изучения человека, углубленная специализация отдельных дисциплин и их дробление на ряд все более частных учений;

– современная наука все более полно охватывает многообразные связи и отношения человека с миром: природа и человек, общество и человек, человек и техника».

В системе тех или иных связей человек изучается как продукт биологической эволюции – вид *Homo sapiens*; субъект и объект исторического процесса – личность в истории; естественный индивид с присущей ему генетической программой развития и определенным диапазоном изменчивости; основная производительная сила общества – субъект труда; субъект познания, коммуникации, управления и воспитания. Подобного многообразия подходов к изучению человека история науки еще никогда не знала. Возрастающее многообразие аспектов человекознания – специфическое явление современности, связанное с прогрессом науки и ее приложением к различным областям общественной практики.

Наряду с процессом дифференциации научного знания о человеке наблюдается встречный процесс интеграции. Тенденция к объединению различных наук, аспектов и методов исследования человека в те или иные комплексные системы ведет к возникновению новых

пограничных дисциплин и соединению посредством их многих ранее далеких друг от друга областей естествознания и истории, гуманитарных наук и техники, медицины и педагогики. С возникновением кибернетики к изучению человека приближаются физико-математические науки. На границах между биохимией, эндокринологией, физиологией высшей нервной деятельности и психологией развивается фармакология. На стыке между кибернетикой, биологией, физиологией и психологией происходит развитие бионики с ее главным разделом – моделированием мозговых систем, и прежде всего анализаторов внешней среды. На границах между кибернетикой, физиологией, психологией и педагогикой разрабатывается теория программированного обучения.

Наука и практика испытывают потребность в единой теории человекознания, в сближении и интеграции всех средств познания человека. Выдвижение проблемы человека в качестве общей для всей современной науки коренным образом изменяет положение психологии в системе наук, поскольку именно психология может стать связующим звеном между всеми областями познания человека, средством объединения различных разделов естествознания и общественных наук в новом, целостном, знании о человеке.

Преодолеть междисциплинарную разобщенность в понимании человека, создать общую картину его мира возможно только рассматривая его как некую систему. В своей книге «Человек как предмет познания» Б.Г. Ананьев указывает: «Человекознание – это та область, где системный подход органически обусловлен и интенсивно развивается. Здесь должен осуществляться синтез знаний, лежащих как бы в разных плоскостях, но неизменно пересекающих плоскость психологического знания. В результате компоненты психологического знания оказываются включенными в исследования самых различных гуманитарных и естественных наук, а в психологии открываются новые перспективы осмысления психического».

Отечественный психолог **Б.Ф. Ломов** писал, что важнейшая функция психологии заключается в том, что она «является интегратором всех научных дисциплин, объектом исследования которых является человек». Взаимодействие психологии с другими науками осуществляется через отрасли психологической науки: с общественными науками через социальную психологию, с естественными – через психофизиологию, сравнительную психологию, с медицинскими – через медицинскую психологию, с педагогическими – через психологию развития и педагогическую психологию, с техническими – через инженерную психологию, и т. д.

Таким образом, у психологии сложились тесные связи с научными дисциплинами всех групп: естественной, гуманитарной и технической. Анализ содержания психологических знаний показывает, что точное определение, к какой из вышеназванных групп можно отнести саму психологию, не представляется возможным. Психология развивается на пересечении всех трех направлений научных исследований.

Вопросы для самопроверки

1. В чем заключаются основные различия между научным и ненаучным психологическим знанием?
2. В чем особенности психологии как самостоятельной науки?
3. Что является предметом психологического познания?
4. Каковы основные методы исследования в психологии?

5. Каково место психологии в структуре современной науки?

Литература

Основная

1. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию: Курс лекций. М., 1988. Лекц. 1.
2. Годфруа Ж. Что такое психология. В 2 т. Т. 1. М, 1992. Гл. 2.
3. Нуркова В.В., Березанская Н.Б. Психология: Учебник. М., 2004. Гл. 1.

Дополнительная

1. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. СПб., 2001.
2. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Психология человека. М, 1995.

Тема 2. История развития психологии и основные направления современной психологической теории и практики

2.1. Развитие психологических знаний в рамках философии и естественных наук

В начале XX в. известный немецкий психолог *Г. Эббингауз* писал: «Психология имеет долгое прошлое и краткую историю». Говоря о «долгом прошлом», Эббингауз имел в виду многовековой период развития психологических знаний в рамках непсихологических научных дисциплин, прежде всего философии. Однако вопросами о сущности человеческой души люди стали интересоваться задолго до появления первых философских концепций – фактически одновременно с возникновением человеческого общества. Далее представления о душе развивались в основном в рамках религиозных и мифологических систем, обеспечивавших существование первобытных обществ. На основе мифологических представлений о душе человека давались объяснения таким явлениям, как сон, сновидения, смерть, болезнь. Эти объяснения носили магический характер: человеческая душа наделялась таинственным смыслом, не постижимым рациональным путем и подлежащим безусловному принятию. Постепенно, с развитием человеческого общества, в пределах религиозно-мифологического способа объяснения мира созревали представления, вступающие с ним в противоречие. Это влекло за собой процесс рационализации мифов, в связи с чем рождались взгляды, которые, оставаясь теологическими, содержали в себе стремление к причинному пониманию природы вещей. В Древнем Китае, Индии, Египте за несколько тысячелетий до нашей эры сложились философские учения об устройстве мира и о сущности человеческой жизни, многие из которых актуальны и по сей день.

Примерно в то же время на Западе, в античной Греции, складывались и развивались принципиально новые представления о душе. В отличие от магического понимания в мифологии древнегреческие философы рассматривали душу как природное, естественное явление. Тем самым был совершен решительный поворот к новому видению психической жизни, которое стало исходной точкой всего последующего научно-психологического знания.

Важнейшие направления развития представлений о душе связаны с именами **Платона** (427–347 гг. до н. э.) и **Аристотеля** (384–322 гг. до н. э.). Платон, будучи учеником Сократа, создал учение, которое считают первой классической формой объективного идеализма. Согласно Платону индивидуальные души представляют собой несовершенные образы единой универсальной мировой души. Мыслитель провел границу между телесным и духовным существованием человека: бренное, материальное и смертное тело является лишь «темницей» для нематериальной и бессмертной души, которая, как паломница, странствует по телам и мирам; познание окружающего мира есть припоминание душой идей, которые она созерцала до ее соединения с телом.

Иное представление о душе изложено Аристотелем в его трактате «О душе», который по праву считают первым специальным психологическим научным трудом. Аристотель был сыном медика при македонском царе и сам готовился к врачебной деятельности: его взгляд на психическую жизнь человека носил ярко выраженный естественнонаучный характер. Согласно Аристотелю душа есть основа всех жизненных проявлений, она неотделима от тела и умирает вместе с телом. Аристотель рассматривал душу организма как его функцию: «Если бы глаз был живым существом, его душой было бы зрение». Специфика души как неотъемлемого начала органической жизни выражается в целесообразности, т. е. в способности организмов стремиться к цели и достигать ее. Таким образом, с точки зрения Аристотеля, душой обладает все живое на Земле. Однако души организмов разных типов выполняют разные функции. Растительная душа (она имеется уже у растений), животная душа (у животных и человека) и разумная (присущая только человеку) представляют собой три ступени жизни, три уровня развития. Растительная душа выполняет только вегетативные функции, животная душа – чувственно-двигательные функции, разумная душа – это разум и воля, которые есть проявления божественного разума и божественной воли в человеке и потому они бессмертны и могут быть отделены от тела. Объяснение высшего уровня развития души дается Аристотелем крайне непоследовательно и противоречиво. Несмотря на это, его учение оказало огромное влияние на все последующее развитие психологической мысли, некоторые открытия философа актуальны и сегодня.

Учение о душе развивалось также благодаря открытиям и опыту, накопленному античными врачами. Из медицинских школ **Гиппократа** (460–377 гг. до н. э.) и римского врача **Галена** (129–201 гг. н. э.) в современную психологию пришло учение о темпераментальных свойствах личности и четырех классических типах темперамента: флегматике, сангвинике, холерике и меланхолике. Успехи, достигнутые античными философами и медиками в развитии учения о душе, послужили фундаментом для дальнейшего становления психологии.

Вершиной и завершением этапа развития психологического знания в рамках учения о душе стала система взглядов **Фрэнсиса Бэкона** (1561–1626), заложившая основы эмпирического изучения души и ее способностей. Новизна подхода Бэкона состояла в том, что он призвал отказаться от умозрительного решения вопросов о природе души, ее сущности и бессмертии и перейти к непосредственному эмпирическому изучению психических явлений и процессов. Он также отделил науку о теле от науки о душе, а в науке о душе выделил науку о рациональной, божественной, душе и о душе нерациональной, чувствующей, телесной, общей для человека и животных. Бэкон положил начало новому этапу развития психологии как «науки о сознании».

Понятие «сознание» в психологию ввел **Рене Декарт** (1596–1650). Согласно Декарту началом всех начал в философии и науке является сомнение. Сомнению должно быть подвергнуто все: и естественное, и сверхъестественное, лишь одно несомненно – само

суждение «я мыслю», а следовательно, и существование мыслящего субъекта. Отсюда знаменитое декартовское «*cogito ergo sum*» – «мыслю – следовательно, существую». Под мышлением Декарт понимал все то, что совершается осознанно. В осознанности философ видел критерий отличия психических процессов от непсихических, физиологических, телесных. Вместе с тем Декарт предложил путь эмпирического изучения психических процессов: непосредственное самонаблюдение – интроспекцию.

Сформулированные Декартом идеи о доступности внутреннего мира через интроспекцию, о психофизической проблеме, о рефлексе как механизме поведения, о внешней детерминации поведения на долгие годы определили ход развития философского учения о познании, а затем и становление психологии как самостоятельной науки. В качестве основы изучения сознания мыслителями XVII–XIX вв. выступал метод интроспекции, так как сущность изучаемых явлений сознания могла быть открыта исключительно через самонаблюдение.

Дж. Локк (1632–1704), точно следуя философии Декарта, полагал: разум пассивно отражает воздействия среды, что обеспечивается единым процессом перцепции. Согласно взглядам Локка, существует внешний опыт, непосредственно основанный на чувствах (его результат – простые идеи, неразложимые на меньшие единицы), и внутренний опыт, который формируется в результате манипуляций ума с простыми идеями, при этом из простых идей образуются сложные. Понятие «внешний» не означает открытость для стороннего наблюдателя: как «внешний», так и «внутренний» опыт доступны только для самонаблюдения.

Немецкий ученый *Г.В. Лейбниц* (1646–1716) различал понятия «перцепция» и «апперцепция», понимая под первым презентацию сознанию какого-либо содержания, а под вторым – психическую силу, определяющую целенаправленность действий, их произвольный характер. С точки зрения Лейбница, в душе непрерывно происходят процессы «неосознаваемых восприятий» – «малых перцепций»; это открытие позволяет сделать заключение о том, что Лейбниц впервые выделил круг *неосознаваемых*, недоступных самонаблюдению явлений сознания.

Дальнейшее развитие психологических идей в XVIII в. происходило в рамках ассоциативного и эмпирического направления философской теории познания. Представители *ассоциативной психологии* считали, что ассоциация является главным механизмом функционирования сознания и психики. Предпосылки развития ассоцианизма можно найти еще в трудах Платона и Аристотеля. Впоследствии принцип ассоциации использовался для понимания психических процессов Р. Декартом, *Т. Гоббсом*, *Б. Спинозой*, Дж. Локком, *Д. Юмом*. В трудах Дж. Локка возник и сам термин «ассоциация»: он был предложен ученым для обозначения «связи идей», которая целиком обязана случаю или обычаю, т. е. не дана от природы. У Д. Юма ассоциация стала объяснительным принципом всей познавательной сферы психики.

С середины XVIII в. стали возникать учения, в которых ассоциация выступала объяснительным принципом психики вообще, – учения так называемого «классического ассоцианизма». Наиболее сильно это направление получило развитие в Англии; среди представителей британского ассоцианизма можно назвать *Д. Гартли*, *Дж. Пристли*, *Джеймса Милля*, *Джона Стюарта Милля*. Д. Гартли, создатель первой законченной системы ассоциативной психологии, построил модель сознания по аналогии с физическими моделями Исаака Ньютона на основе принципа элементаризма: простейшие элементы сознания связаны между собой складывающимися в опыте ассоциациями.

Термин «*эмпирическая психология*» был введен немецким философом XVIII в. **Х. Вольфом** для обозначения особой дисциплины, в задачу которой входило изучение конкретных явлений психической жизни, в отличие от рациональной психологии, которая занималась вечной, бессмертной душой. Эмпирическая психология сознания получила свое развитие в трудах французских материалистов и просветителей **Ж. Ламетри, К. Гельвеция, Э. Кондильяка**. Представители французской эмпирической психологии больше внимания, чем английские ассоцианисты, обращали на активность субъекта в восприятии окружающего мира, рассматривая психику с естественнонаучных позиций.

В XIX в. сильное влияние на последующее развитие психологических идей оказали исследования и открытия в области анатомии и физиологии мозговой деятельности, и прежде всего – учения о рефлексах. В работах чеха **Г. Прохазки**, англичанина **Ч. Белла** и француза **Ф. Мажанди** были изучены рефлекторные механизмы жизнедеятельности человека, выделены двигательный и сенсорный отделы нервной системы. Психофизиологические и психофизические исследования **Г. Гельмгольца, Ф. Дондерса, Э. Вебера, Г. Фехнера** способствовали формированию представлений об особых закономерностях и факторах психической жизни, отличных как от физиологических, так и от философских. Это создало предпосылки для отделения психологии от физиологии и философии и развития ее как самостоятельной научной дисциплины.

С особой программой построения психологии выступил **И.М. Сеченов**. Он разработал рефлекторную теорию психического, согласно которой психические процессы, высшие проявления сознания и личности разворачиваются по механизму физиологического рефлекса.

Таким образом, в период формирования психологического знания в рамках непсихологических научных дисциплин были изжиты донаучные представления о душе как нематериальной бестелесной субстанции; произошел отказ от умозрительного решения вопросов о природе души в пользу изучения феноменов сознания, опыта человека на основе самонаблюдения; была сформулирована необходимость развития экспериментального психологического исследования.

2.2. Становление психологии как самостоятельной научной дисциплины

Началом развития психологии как самостоятельной науки принято считать 1879 год, в котором **В. Вундт** – немецкий психолог, физиолог и философ – открыл первую экспериментальную психологическую лабораторию при Лейпцигском университете. Спустя два года на базе этой лаборатории был создан институт экспериментальной психологии, в котором учились многие выдающиеся психологи мира, в том числе и из России – **В.М. Бехтерев, Г.И. Челпанов, Н.Н. Ланге**. В этом же году Вундт основал первый психологический журнал. Благодаря усилиям Вундта в 1889 г. в Париже был проведен Первый международный психологический конгресс и учреждено научное психологическое сообщество.

Согласно представлениям Вундта психология имеет уникальный предмет – непосредственный опыт субъекта, постигаемый только путем самонаблюдения, или *интроспекции*, – особой процедуры наблюдения субъекта за процессами в своем сознании, требующей длительной тренировки. Выделив «простейшие элементы сознания» – ощущение и элементарные чувства, – Вундт считал основной задачей психологии установление связей между элементами и «законов» душевной жизни.

Э. **Титченер**, американский психолог и создатель структурной психологии, развил идеи интроспективной психологии Вундта, предложив в качестве основного метода изучения сознания метод *аналитической интроспекции*. Особенность этого метода заключалась в том, что испытуемый давал результаты самонаблюдения в терминах элементов структуры сознания, а не в понятиях предметов внешнего мира или стимулов. Под элементами сознания Титченер понимал ощущения, представления и простейшие чувствования, из которых как из кирпичиков, складывалось все разнообразие душевной жизни человека.

Другой последователь Вундта – немецкий психолог и философ **О. Кюльпе** – основал *Вюрцбургскую школу*. В отличие от интроспективных методов Вундта и Титченера, в которых одновременно разворачивались собственно сознательный опыт и процесс наблюдения за содержанием этого опыта, *систематическая интроспекция* Кюльпе носила ретроспективный характер: испытуемый решал предложенную задачу, а потом в подробностях описывал ход психических процессов при ее решении. При этом в качестве основного объекта исследования выступал сам процесс мышления, а не его результат.

К концу XIX в. стало понятно, что метод интроспекции крайне ограничен и что круг психических явлений не исчерпывается только феноменами сознания. В это время возникли идеи создания другой психологии. В 1894 г. немецкий философ и психолог **Я. Дильтей** в работе «Мысли об описательной и расчленяющей психологии» писал, что существует не одна психологическая наука, а две, причем каждая из них имеет свой предмет и свою методологию. Одну психологию ученый назвал объяснительной, понимая под ней современную ему интроспективную психологию В. Вундта. Другая психология, которую Дильтей призывал создать, была названа им описательной. По замыслу автора, она должна была строиться на совершенно иных основаниях и заниматься прежде всего изучением душевной жизни индивида в ее целостности и уникальности. Дильтей считал, что психология принадлежит не к циклу наук о природе, а к циклу гуманитарных дисциплин, к которому относятся, например, история и культурология, и, следовательно, должна опираться не на естественнонаучный, экспериментальный метод, а на свойственный гуманитарным наукам метод понимания, который заключается в том, чтобы «вчувствоваться» в изучаемый объект. При этом понимающая психология не отвергает методов объясняющей психологии. Введенное Дильтеем различие объяснительной и описательной психологии не потеряло своей актуальности и в наше время. Вопрос, к какому типу наук относится психология – естественным или гуманитарным – и по каким принципам должно строиться познание человеческой души, остается открытым.

Интенсивное развитие экспериментальной психологии в начале XX в. привело к расширению круга изучаемых явлений, что в свою очередь сделало очевидным недостаточность психологии сознания и интроспективного метода для объяснения душевной жизни человека. Изменилось и само представление о сознании: его перестали рассматривать как замкнутый в себе внутренний мир, доступный познанию лишь самого субъекта. Назрела необходимость в принципиальном пересмотре взглядов на предмет психологии. В это время возникали несколько конкурирующих концепций, каждая из которых отстаивала свою точку зрения на то, чем должна заниматься психология.

1. Автором одной из теоретических концепций, возникшей на заре XX в., был австрийский психолог и психиатр **З. Фрейд**. Его учение, названное *психоанализом*, получило широкую известность и оказало огромное влияние не только на дальнейшее развитие психологии, но и на искусство, литературу, медицину, другие области научных исследований, связанные с изучением человека. Получив медицинское образование, Фрейд изучал природу невротических расстройств и способы их лечения. После стажировки, пройденной в парижской клинике «Сальпетриер» под руководством

известного французского врача Ж. Шарко, Фрейд начал использовать гипноз в лечении истерических расстройств. Анализируя состояния гипнотического транса своих пациентов и эффекты постгипнотического внушения, Фрейд сосредоточил свое внимание на явлениях, скрытых от сознания человека, неосознаваемых.

Идеи о том, что психика не ограничивается только областью осознаваемого, о том, что есть области душевной жизни, недоступные сознанию человека, неосознаваемые им, высказывались задолго до возникновения психоанализа. Но именно Фрейд сделал бессознательное предметом психологии. Созданный первоначально как метод лечения истерических неврозов, психоанализ в дальнейшем был распространен ученым на объяснение психической жизни здорового человека. Согласно Фрейду движущей силой поведения и развития личности являются неосознаваемые, иррациональные влечения, главное из которых – сексуальное (либидо). В психике выделяются три сферы: бессознательное, предсознательное и сознание. Источником, придающим мотивационную силу человеческому поведению, является бессознательное, насыщенное энергией либидозных влечений, подавленных и вытесненных из области сознания под действием «цензуры», запретов и табу, налагаемых обществом. По мнению исследователя, вытесненные влечения обладают большим энергетическим зарядом, однако в область сознания не допускаются – сознание оказывает им сопротивление, – и тогда содержание бессознательного проникает в сознание в искаженном, измененном виде.

Фрейд выделил три основных формы проявления бессознательного: сновидения, ошибочные действия (описки, оговорки и др.) и невротические симптомы. Исходя из этого, им был разработан ряд оригинальных методов, позволявших получать исходный материал о содержании глубинных структур человеческой психики: анализ сновидений, метод свободных ассоциаций, анализ описок, оговорок, забываний. Интерпретация этого материала составляет сущность метода, который Фрейд назвал психоанализом.

Психоанализ широко распространился во всем мире, найдя приверженцев не только среди психологов, но и в кругу представителей других областей науки и культуры.

Плодотворность теории Фрейда проявилась еще и в том, что многие его ученики, соратники и последователи создали свои собственные оригинальные концепции и направления исследования. В числе ученых, развивших идеи Фрейда, можно назвать автора аналитической психологии **К. Юнга** и создателя индивидуальной психологии **А. Адлера**.

2. Еще одним крупным психологическим направлением, сформировавшимся в начале XX в. и оказавшим значительное влияние на последующее развитие психологии, стал *бихевиоризм*. Его рождение связывают с публикацией **Дж. Б. Уотсоном** в 1913 г. статьи «Психология с точки зрения бихевиориста». Однако предпосылки для возникновения бихевиоризма складывались задолго до этого: прежде всего, в работах по изучению психики и поведения животных **Ж. Леба** и **Э. Торндайка** и в трудах **И.П. Павлова**, развивающих идеи об условных рефлексах.

Бихевиористы отказались от рассмотрения субъективного мира человека в качестве предмета психологии и предложили считать таковым поведение человека и животного, отнеся к этой категории все объективно наблюдаемые реакции (*R*) организма на внешние воздействия (*S*). Задача психологии, по мнению бихевиористов, должна состоять в выявлении закономерностей связей между стимулами и реакциями (*S ? R*), а цель – в предсказании поведения субъекта и управлении им. Отказавшись от дискредитировавшего себя метода интроспекции, бихевиористы заменили его методом объективного

наблюдения и эксперимента. Одной из наиболее важных тем экспериментального исследования была названа проблема научения и выработки навыков; работа в этом направлении позволила собрать обширное количество фактов и подвергнуть их тщательной статистической обработке. Недостатком бихевиористских экспериментов было то, что они проводились в основном на белых крысах, а полученные в результате закономерности и законы научения с легкостью переносились на поведение человека.

До 60-х гг. XX в. бихевиоризм и сменивший его необихевиоризм занимали господствующее положение среди концепций американской психологии, оказывая влияние на развитие психотерапии, социальной психологии, методов обучения, психологии рекламы и др. Вместе с тем механицизм бихевиоризма и игнорирование им сознания вызывали жесткую критику представителей других теоретических направлений психологии.

3. Другое психологическое направление, активно развивавшееся в 1910 – 1930-х гг. в Германии, получило название *«гештальтпсихология»*. Основные ее представители – **М. Вертгеймер**, **В. Келер**, **К. Коффка** – являлись сотрудниками Берлинского университета. Гештальтпсихология не отказывалась от изучения феноменов сознания и метода феноменологического самонаблюдения, однако само сознание ею понималось как некое динамическое целое, как «поле», каждая точка которого взаимодействует со всеми остальными. Единицей анализа этого поля выступал гештальт как целостная образная структура, несводимая к сумме составляющих его ощущений. Достижения гештальтпсихологии в области изучения восприятия и творческого мышления составляют золотой фонд мировой психологии. После прихода к власти Гитлера в результате эмиграции своих основных членов школа распалась, но ее идеи оказали значительное влияние на последующее развитие психологии.

Таким образом, в 1910 – 1930-е гг. в мировой психологии сформировалось большое количество конкурирующих, часто несовместимых и несопоставимых друг с другом направлений. В их числе следует прежде всего назвать психоанализ, бихевиоризм, гештальтпсихологию. Наряду с ними происходило развитие и других теоретических школ, в частности динамической психологии К. Левина и генетической психологии Ж. Пиаже. Сложилась уникальная ситуация, которая была названа открытым кризисом психологии: вместо единой науки имели хождение разные теории со своими предметами исследования, методами и принципами. Позитивное содержание кризиса заключалось в активной работе по созданию психологической теории, которая отвечала бы запросам интенсивно развивавшегося общества.

Отечественная психология в этот период также осуществляла поиск методологической основы для развития науки, возникали различные направления: рефлексология В.М. Бехтерева, реактология **К.Н. Корнилова**, культурно-историческая теория **Л.С. Выготского**, теория установки **Д.Н. Узнадзе**. В 1930-е гг. сложилось мощное теоретико-методологическое и экспериментальное направление, получившее название *«деятельностный подход»*, основной категорией анализа в котором выступала «деятельность». Особая заслуга в развитии этого подхода принадлежала Л.С. Выготскому, С.Л. Рубинштейну, **А.Н. Леонтьеву**, в работах которых оформились положения, продуктивно развивавшиеся в течение последующих лет их учениками и последователями.

Состояние психологии, характеризующееся многообразием взглядов и ключевые вопросы развития науки, сохраняется и в настоящее время. Однако расхождения между отдельными научными школами перестали восприниматься как непреодолимые и

разрушающие целостность психологии, наоборот, предмет психологии трактуется настолько широко, что конкурировавшие ранее направления выступают как взаимодополняющие друг друга.

2.3. Современное состояние психологической теории

Современное состояние психологической теории определяется прежде всего запросами практики. Можно выделить несколько основных тенденций развития психологической науки.

1. Дальнейшее развитие тех теоретических концепций, которые сложились во времена открытого кризиса. При этом сформировавшиеся ранее теоретические направления подвергаются существенной ревизии, их категориальный аппарат пересматривается и обогащается.

Такому преобразованию подверглась, например, классическая формула бихевиоризма $S \rightarrow R$, в которой все поведение человека рассматривается лишь как реакция на воздействие окружающего мира, чем исключается активность самого субъекта. Между стимулом и ответным поведением вводится опосредующее звено – промежуточные переменные, – в качестве которых выступают познавательные и мотивационные факторы. Попытка построить новую теоретическую концепцию, используя старые категории, была названа *необихевиоризмом*. Наиболее значительными представителями этого направления считают *Э. Толмена* и *К. Халла*.

Идеи З. Фрейда получили свое развитие в *неофрейдизме*. Сохраняя положение об определяющей роли бессознательного, неофрейдисты пытаются преодолеть биологизм и пансексуализм классического психоанализа. Представители этого направления делают акцент на социальных условиях развития личности и отказываются от идей всеобщности сексуальных влечений. К крупнейшим ученым неофрейдистского направления относят американских психологов *К. Хорни*, *Э. Фромма* и *Э. Эриксона*.

Несмотря на попытки преодолеть недостатки классических теорий, влияние бихевиоризма и психоанализа в их современном варианте невысоко и интерес к исследованиям в рамках этих научных парадигм неуклонно падает.

2. Другой тенденцией развития современной психологии является эклектический подход, который реализуется прежде всего в попытке соединения элементов, понятий, методов, теоретических конструктов ранее несовместимых направлений. Разногласия между основными научными школами, которые представлялись непреодолимыми в середине XX в., сегодня являются не столь очевидными. По мере расширения знаний о природе человеческой психики больший акцент делается на взаимное обогащение разных теоретических концепций понятиями и методами друг друга. Так, например, два американских психолога *Дж. Доллард* и *Н. Миллер* предприняли попытку соединить достижения бихевиористской теории научения с достижениями психоанализа З. Фрейда, изложив свои идеи в книге «Личность и психотерапия».

3. Появляются новые оригинальные теоретические концепции. Так, в начале 1960-х гг. признание и большое влияние приобрела *гуманистическая психология*, названная «третьей силой» западной психологии (вслед за утратившими свою силу психоанализом и бихевиоризмом). Ее основателями считаются *А. Маслоу* и *К. Роджерс*. Гуманистическая психология объединяет разные научные школы, имеющие общую стратегическую платформу. Предметом изучения в рамках данного направления выступает целостный

человек в его высших, специфических только для человека, проявлениях – в их числе: самоактуализация личности, личностные ценности и смыслы, любовь, творчество, свобода, ответственность, межличностное общение. Гуманистическая психология противопоставляет себя, с одной стороны, бихевиоризму, который критикуется ею за механистичность подхода к человеку, а с другой стороны, психоанализу, полностью определяющему психическую жизнь влечениями и комплексами. Основные положения этого направления заключаются в следующем: а) человек целостен и должен изучаться в его целостности; б) каждый человек уникален, поэтому анализ отдельных случаев не менее оправдан, чем статистические обобщения; в) человек открыт миру, переживания человеком мира и себя в мире являются главной психологической реальностью; г) человек стремится к постоянному развитию и самореализации, он есть активное и творческое существо; д) человек обладает некоторой свободой от внешней детерминации.

В середине 1960-х гг. в США возникло еще одно направление, получившее название «когнитивная психология». Сегодня это одно из самых влиятельных направлений западной психологии. Оно появилось как альтернатива бихевиоризму, который исключал психический компонент из анализа поведения, игнорировал познавательные процессы. Основным методом когнитивной психологии является информационный подход, в рамках которого разрабатываются модели приема и переработки информации человеком. У истоков когнитивной психологии стояли *Дж. Брунер, Г. Саймон, П. Линдсей, Д. Норман* и др.

Таким образом, современное состояние психологии представляет собой множественность взглядов на природу человеческой психики и ее развитие. Эта вариативность научных школ и направлений исторически обусловлена и представляет собой результат поисков многими мыслителями в течение нескольких тысячелетий ответов на вопросы о сущности человека и факторах, определяющих его развитие и поведение.

2.4. Основные направления психологической практики

Наряду с развитием психологии как самостоятельной научной дисциплины происходило развитие психологической практики, предназначенной оказывать помощь человеку в сложных жизненных ситуациях, будь то подростковые, детско-родительские, супружеские проблемы или жесткая система профессионального отбора и конкуренции в деловом мире. Возможности оказания психологической помощи и поддержки населению получили реальное воплощение лишь несколько десятилетий тому назад.

Развитие практической психологии определяется, с одной стороны, интенсивным развитием психологической теории, с другой – социальным заказом общества в условиях социальной нестабильности, межнациональных конфликтов, событий кризисного и катастрофического характера. Становление практической психологии происходит в тесной взаимосвязи с фундаментальными отраслями психологии, такими как общая, возрастная, социальная психология, педагогическая психология и психология личности, основу которых составляют теоретические принципы и методы психологического познания, закономерности существования и развития психической реальности.

В круг основных задач практической психологии входят познание психической реальности и выработка средств практической помощи и психологической поддержки личности, испытывающей затруднения в решении жизненных проблем, в организации оптимальных условий жизнедеятельности, способствующих наилучшей социальной и психологической адаптации.

Среди разнообразных направлений деятельности практического психолога можно выделить следующие: 1) психодиагностическая работа; 2) психологическое консультирование; 3) психотерапия; 4) коррекционно-развивающая деятельность; 5) психопрофилактическая работа.

Психологическая диагностика базируется на использовании психодиагностических инструментов и методов, обеспечивающих надежность и достоверность данных, позволяющих получать значимую информацию о конкретном человеке или группе людей. В психодиагностическом обследовании просматриваются три основных этапа: сбор данных, их обработка и интерпретация, вынесение решения (диагноз, прогноз или составление психологического портрета личности).

Психологическое консультирование является важным направлением деятельности практического психолога, включающим в себя индивидуальное консультирование, педагогическое консультирование, профконсультирование, управленческое консультирование, консультирование руководителей и др. Фактически в любой сфере деятельности, в которой используются психологические знания, в той или иной форме применяется консультирование. Содержанием психологического консультирования является работа с конкретным запросом, идущим как от отдельного клиента, так и от группы или организации в целом.

Наиболее широкой сферой применения психологического консультирования является *семейное консультирование*, связанное с нормализацией детско-родительских отношений, решением добрачных и супружеских проблем, предразводных и послеразводных состояний. *Возрастное консультирование* направлено на решение проблем психического развития ребенка, в том числе в периоды возрастных кризисов. Значительное место *занимает консультирование организаций*, связанное с проблемами отбора персонала, управления персоналом, формирования команды, планирования карьеры отдельных работников, прогнозом развития организации в целом. Специфическим видом консультирования является «телефон доверия», позволяющий человеку обратиться за психологической поддержкой в наиболее трудные моменты жизни и предупредить нежелательные действия и поступки.

Психологическое консультирование можно определить как непосредственную работу с людьми, направленную на решение различного рода психологических проблем, связанных с преодолением трудностей в межличностных отношениях, где основным средством воздействия является определенным образом построенная беседа. Психологический смысл консультирования состоит в том, чтобы помочь человеку понять причины трудностей, проблем социальных взаимодействий в личных, семейных и профессиональных контактах. Основная задача психолога-консультанта заключается в том, чтобы дать клиенту возможность взглянуть на свои проблемы и житейские сложности со стороны, изменить психологические установки.

Под *психотерапией* традиционно понимают более глубокое в сравнении с консультированием психологическое воздействие на психику, а через нее и на весь организм человека или группу с целью лечения или профилактики заболеваний и состояний дезадаптации, развития здоровья и т. д. Однако за последние годы интенсивное развитие психотерапии в нашей стране и за рубежом привело к успешному распространению ее влияния на значительно более широкий круг проблем и областей нашей жизни, психотерапевтические знания и даже некоторые техники стали представлять интерес не только для узких специалистов, но и для каждого человека. Сегодня уже можно говорить о формировании особого психотерапевтического

мировоззрения, центром которого является целостная самоактуализирующаяся и развивающаяся личность.

Коррекционно-развивающая деятельность психолога наиболее востребована в работе с детьми, где она направлена на устранение отклонений в психическом и личностном развитии ребенка. Эта деятельность тесно связана с психологической диагностикой. Практический психолог не только ставит диагноз, но и разрабатывает на его основе коррекционную программу, а также самостоятельно осуществляет значительную часть коррекционной работы. Основными задачами коррекции психического развития ребенка являются устранение отклонений в психическом развитии на основе создания оптимальных возможностей и условий для развития личностного и интеллектуального потенциала ребенка и профилактика нежелательных негативных тенденций личностного и интеллектуального развития.

Психопрофилактическая деятельность связана с сообщением необходимых психологических знаний тем, кто в первую очередь в них нуждается, – родителям, учителям, учащимся, работникам социальных служб и др. – с целью предупреждения возможных нарушений условий развития, повышения психологической компетенции. Это может быть также работа по созданию условий, максимально благоприятных для развития продуктивных межличностных взаимодействий в педагогических коллективах или в организационных структурах на предприятиях. Психопрофилактика касается также превентивных мер по предупреждению неблагополучия в психическом и личностном развитии, совершения противоправных действий, пагубных последствий наркоманических и алкогольных пристрастий. Психопрофилактика включает работу с неблагополучными семьями, родителями и детьми из этих семей, предупреждая случаи возможных социальных осложнений.

Таким образом, основное содержание и цель практической психологии – это психологическая помощь и психологическая поддержка человека, оказавшегося в сложной жизненной ситуации, обеспечение психологического комфорта личности в отношении к самому себе, во взаимодействиях с другими людьми, в отношениях к миру в целом. В данном аспекте можно говорить о психологическом здоровье личности. Психологическое здоровье находится в тесной связи с высшими проявлениями человеческого духа, делает личность самодостаточной, вооруженной средствами самопознания, самопринятия, самоуважения и саморазвития в контексте взаимодействий с окружающими людьми и в условиях культурных, социальных, экономических и экологических реальностей окружающего мира.

Вопросы для самопроверки

1. Какие этапы выделяют в истории психологии?
2. В чем проявился открытый кризис психологии?
3. Каковы основные тенденции современного развития психологии?
4. В чем состоит сущность гуманистического направления в психологии?
5. Какие основные направления практической психологии вам известны?

Литература

Основная

1. Годфруа Ж. Что такое психология. В 2 т. Т. 1. М., 1992. Гл. 2.
2. Петровский А.В., Ярошевский М.Г. История психологии: Учеб. пособие. М., 1996.
3. Нуркова В.В., Березанская Н.Б. Психология: Учебник. М., 2004. Гл. 2.

Дополнительная

1. Болотова А.К., Макарова И.В. Прикладная психология: Учебник. М., 2001.
2. Первин Л., Джон О. Психология личности: Теория и исследования: Пер. с англ. / Под ред. В.С. Магуна. М., 2000.
3. Соколова Е.Е. Тринадцать диалогов о психологии: Хрестоматия с комментариями по курсу «Введение в психологию». М., 1997.
4. Шульц Д., Шульц С.Э. История современной психологии: Пер. с англ. СПб., 1998.

Тема 3. Биологические основы и предпосылки психического отражения

3.1. Возникновение психики в процессе эволюции

Для того чтобы понять природу психического, необходимо ответить на вопросы о том, когда и почему в ходе эволюции возникла психика, как она развивалась и усложнялась. Процесс возникновения и изменения психики как продукта эволюции называется **филогенезом**. Направление, которое можно обозначить как *антропсихизм*, исходит из того, что психика есть только у человека, и связывает ее возникновение с появлением человека.

Теория *биопсихизма* наделяет психикой всю живую материю и в соответствии с этим относит время ее появления к периоду зарождения жизни. В учении о всеобщей одухотворенности природы – *панпсихизме* – выдвигается тезис о наличии души не только у живой природы, но и у неживой, например у камней; возникновение психики отдалается при этом в еще более далекое прошлое.

Существует также такой способ решения проблемы возникновения психики, при котором она признается свойственной не всякой материи вообще и не всякой живой материи, но только организмам, имеющим нервную систему. Эта концепция получила название *нейропсихизм*.

Во всех перечисленных теориях психика приписывается какому-либо существу не потому, что оно обнаруживает определенные свойства поведения, а просто потому, что оно принадлежит к определенному классу объектов. Таким образом, ни одна из вышеприведенных точек зрения не дает нам четкого представления об объективном, но внутреннем (исходящем из сущности самой психики) критерии психического – данные критерии являются внешними по отношению к форме существования организма.

Принципиально иной взгляд на проблему возникновения психики содержится в трудах А.Н. Леонтьева. Гипотеза этого ученого получила наибольшее развитие и признание. В качестве объективного критерия психики он предложил рассматривать способность живых организмов реагировать на биологически нейтральные воздействия. Биологически нейтральные (абиотические) воздействия – это те виды энергии или свойства предметов, которые не участвуют непосредственно в обмене веществ. Сами по себе эти воздействия не вредны и не полезны, однако они находятся в объективно устойчивой связи с биологически значимыми объектами и, следовательно, могут сигнализировать организму об их наличии. Если живой организм приобретает способность отражать биологически нейтральные свойства и устанавливать их связь с биологически существенными свойствами, то возможности его выживания оказываются несравненно более широкими. Свойственная всей живой материи способность отражать жизненно значимые воздействия среды, соответствующая допсихическому уровню развития, называется *простой раздражимостью*. Существование живых организмов в усложняющейся и изменчивой среде приводит к дальнейшему усложнению отражения окружающей действительности и возникновению более сложной формы раздражимости – *чувствительности*. Чувствительность представляет собой способность некоторых живых организмов отражать биологически нейтральные раздражители, обладающие сигнальным значением, т. е. объективно связанные с биотическими свойствами.

Возникновение чувствительности как высшей формы раздражимости и является, с точки зрения А.Н. Леонтьева, исходным моментом развития психики, обеспечивающим более эффективное приспособление к среде. Простейшие живые организмы существовали в гомогенном растворе питательных веществ, с которыми они были в непосредственном контакте. Для обеспечения жизни им было достаточно простой раздражимости. Решающим условием для возникновения чувствительности явился переход от жизни в однородной среде к жизни в более сложной среде дискретных предметов, переход от неопределенных источников жизни к вещно-определенным.

Развитие психики в животном мире тесно связано с эволюцией нервной системы от ее наиболее древней составляющей – сетевидной нервной системы – к самому сложному уровню развития нервной системы – мозгу. Нервная система обусловила функционирование организма как единого целого.

Важную роль в развитии психики играло также изменение характера взаимоотношения живых организмов с окружающей средой. Допсихические процессы жизнедеятельности сводились к усвоению питательных веществ, выделению, росту, размножению и т. д. Отражение биологически нейтральных свойств оказалось неразрывно связанным с качественно иной активностью живых существ – *поведением*. Смысл новой формы активности заключался в том, чтобы обеспечивать биологический результат там, где условия не позволяли ему реализовываться непосредственно, сразу.

Таким образом, психическое развитие живых организмов определялось усложнением нервной системы, изменением среды существования и возникновением поведенческой активности.

3.2. Стадии и уровни развития психики и поведения животных

А.Н. Леонтьев выделил в развитии психики животных три стадии: стадию элементарной сенсорной психики, стадию перцептивной психики и стадию интеллекта.

Животные с *элементарной сенсорной психикой* способны отражать лишь отдельные свойства внешних воздействий. К существам, чья психика находится на низшем уровне этой стадии, т. е. существует только в зачатке, относятся многие простейшие. Они способны к достаточно сложным перемещениям в пространстве. Их движения совершаются в сторону благоприятных условий среды (положительные таксисы) или же в сторону от неблагоприятных условий (отрицательные таксисы). Простейшие способны к элементарным формам научения, т. е. к формированию условных реакций. В ряде опытов с сосудом, в котором находились инфузории туфельки, был поделен на две части. Одна часть была освещена, а другая нет, при этом свет сочетался с «наказанием» (повышенной температурой, электрическим током). В результате животные, ранее безразличные к характеру освещения, начинали предпочитать безопасную часть сосуда даже в отсутствие отрицательных подкреплений, ориентируясь только на ее освещение. С возрастанием уровня филогенетического развития происходит усложнение поведения. У червей и моллюсков появляются целые цепочки врожденных таксисов.

Животные с *перцептивной психикой* отражают внешнюю действительность в форме целостных образов вещей. На данной стадии находится психика позвоночных, практически всех членистоногих, в том числе насекомых, а также головоногих моллюсков. Основу всех форм поведения животных составляют инстинкты, т. е. генетически фиксированные, наследуемые формы поведения. Как и морфологические признаки, они воспроизводятся в каждой особи данного вида в относительно неизменной форме. Согласно **В.А. Вагнеру** инстинкты есть результат естественного отбора, обусловившего высокую приспособленность инстинктивного поведения во всех сферах жизни животного: в добычании пищи, защите, размножении, заботе о потомстве и т. д.

Высокая целесообразность инстинктов издавна порождала теории об их «разумности». Однако со временем эти теории уступили место прямо противоположным оценкам. Стали говорить о «слепоте» инстинктов. Если лишить смысла какое-то инстинктивное действие, животное все равно завершает его и переходит к следующему. Ригидность инстинкта целесообразна: она отражает приспособленность животного к постоянству определенных условий его обитания. В инстинктивном действии выделяют две фазы. Первая – более лабильная, подготовительная, поисковая; вторая – консервативная, малоизменяемая, завершающая. На завершающей фазе выполняются собственно инстинктивные движения.

Преобладание врожденных инстинктивных форм поведения на данной стадии развития психики не означает отсутствие возможности научения. Многие инстинктивные акты окончательно формируются в индивидуальном опыте животного, что обеспечивает приспособление инстинктивного действия к условиям среды. Конечно, пластичность инстинктивного действия при этом ограничена и определяется генетически заданной вариативностью. По существу, всякое действие животных представляет собой сложное переплетение видотипичных и приобретенных элементов поведения. Согласно представлениям К.Э. Фабри, на стадии перцептивной психики каждый поведенческий акт формируется в онтогенезе путем реализации генетически фиксированных компонентов видового опыта в процессе индивидуального научения. Индивидуально приобретенные и закрепленные в упражнениях способы поведения животных называются *навыками*. Образование навыков зависит от уровня развития нервной системы и психики животного: чем выше стоит животное на филогенетической лестнице, тем сложнее навыки и легче их выработка.

Следующая стадия развития психики животных – *стадия интеллекта* – характеризуется еще более сложным отражением действительности, которое заключается в способности не только отражать отдельные предметы в их целостности, но и устанавливать отношения

между предметами. Высшие животные способны устанавливать достаточно сложные отношения (такие как больше – меньше, короче – длиннее, реже – чаще), а также различать форму геометрических фигур.

Известный немецкий психолог В. Келер, один из создателей гештальтпсихологии (см. 2.2), работая на экспериментальной станции на о. Тенирифе, исследовал мышление у человекообразных обезьян. Он обнаружил, что животные в новых для них ситуациях, когда не срабатывает накопленный арсенал навыков, способны отыскивать новые способы решения задач, причем их действия заимствуются из прошлого опыта. Перенос прошлого опыта в новые условия возможен благодаря тому, что животные устанавливают отношения между вещами и на основе этого строят свое поведение.

Интеллектуальная форма поведения существенно отличается от простого научения, т. е. формирования навыков.

1. На более низкой ступени развития нахождение решения проблемной ситуации происходит медленно, путем многочисленных проб, в процессе которых удачные операции постепенно закрепляются, а неудачные так же медленно затормаживаются, отмирают. На стадии интеллекта животным сначала совершается множество попыток, не приводящих к решению задачи, а затем достигается внезапное понимание отношений и структуры проблемной ситуации – *инсайт*, что почти сразу приводит к успеху.
2. При повторении опыта найденное решение воспроизводится уже без предварительных проб.
3. Решение легко переносится в условия, аналогичные тем, в которых оно было найдено впервые.

Интеллектуальное развитие высших обезьян показывает, что человеческое мышление имеет реальные предпосылки в мире животных. Это отражает факт естественной преемственности в развитии психики человека и животных. Однако не следует преувеличивать сходство между человеком и животным, выводя законы существования человека из тех законов, которыми регулируется жизнедеятельность животных. Интеллектуальное поведение, свойственное высшим млекопитающим и достигающее особенно высокого развития у человекообразных обезьян, представляет собой ту верхнюю границу развития, за которой начинается история развития психики совсем другого, качественно нового типа – человеческого сознания.

3.3. Сравнительный анализ поведения животных и человека.

Происхождение сознания

Сознание – высший уровень развития психики, присущий только человеку. Предысторию развития человеческого сознания составляет длительный и сложный процесс развития психики животных. Однако активность и психика даже самых высокоорганизованных животных качественно отличается от человеческой деятельности и человеческого сознания.

Во-первых, активность животных является *инстинктивно-биологической*, т. е. не выходящей за пределы естественных условий их жизни. Она может осуществляться лишь по отношению к предметам жизненных, биологических потребностей или к свойствам и вещам, связанным с их удовлетворением. В силу этого возможности психического

отражения окружающей действительности ограничены кругом биологических потребностей.

Во-вторых, язык животных принципиально отличается от языка человека. Язык животных представляет собой сложную систему сигналов, с помощью которых они могут передавать друг другу информацию о биологически значимых событиях. Его важнейшее отличие заключается в отсутствии и *семантической функции*: элементы языка животных не обозначают внешние предметы, их свойства и отношения – они связаны с конкретной ситуацией и служат конкретным биологическим целям. Другим отличием языка животных является *генетическая фиксированность*, в результате которой он представляет собой закрытую систему с ограниченным числом сигналов. Язык человека – открытая система, он непрерывно развивается и обогащается. Каждое животное от рождения знает язык своего вида, человек осваивает свой язык в течение всей жизни.

В-третьих, животные живут по биологическим законам. Многие из них объединяются в *сообщества*, в которых складываются достаточно сложные формы взаимодействия между особями. Характерной чертой животных сообществ является иерархия их членов. Особи более высоких рангов имеют больший «авторитет»: им подчиняются, им подражают и т. д. В некоторых сообществах существует четкое распределение функций, например в пчелиной семье специфические обязанности выполняются маткой, рабочими пчелами и трутнями. Однако все формы группового поведения животных подчинены исключительно биологическим целям и законам, они закреплялись естественным отбором, в ходе которого фиксировались только те формы, которые обеспечивали решение основных биологических задач: питания, самосохранения и размножения. Человек как в индивидуальной, так и в общественной жизни вышел из власти биологических законов и с определенного момента своего развития стал подчиняться законам социальным.

В-четвертых, животные используют *орудия*, даже изготавливают и совершенствуют их, однако какими бы высокоорганизованными ни были животные, они не способны изготавливать орудия из другого орудия. Изготовление орудия с помощью другого предмета означало отделение действия от биологического мотива и тем самым появление нового вида деятельности – труда, что предполагало в дальнейшем разделение труда. Ничто из перечисленного не свойственно животным. Они используют орудия только в биологических целях и в конкретных ситуациях и никогда не вступают в отношения друг с другом по поводу использования этих орудий. Таким образом, у животных отсутствуют закрепление, накопление и передача опыта поколений в материально закрепленной форме.

Именно коллективный труд сделал возможным происхождение человеческого сознания. Всякий труд предполагает употребление и изготовление орудий, а также разделение труда. Разные члены коллектива начинают выполнять разные операции, при этом одни операции сразу приводят к биологически полезному результату, а другие такого результата не дают, т. е. являются биологически бессмысленными. Происходит разделение предмета деятельности и ее мотива, объединяющим фактором при этом выступают совместная деятельность и складывающиеся в ней отношения между людьми. Таким образом, основу деятельности человека составляют социальные связи и закономерности.

Возникновение трудовой деятельности коренным образом изменило отношение человека к окружающей среде: человек начал воздействовать на природу и преобразовывать ее. Благодаря труду человек изменял не только окружающий мир, но и самого себя. Развитие трудовой деятельности вело к развитию головного мозга, органов деятельности человека и органов чувств. В свою очередь развитие мозга и органов чувств оказывало влияние на

совершенствование труда. В процессе трудовой деятельности закреплялась и развивалась функция руки, которая приобретала большую подвижность и ловкость. Рука становилась не только органом хватания, но и органом активного познания.

Вторым наряду с трудовой деятельностью фактором развития сознания является речь, которая возникла в процессе совместного выполнения трудовых действий. Первые слова, очевидно, выполняли указующую и организующую функции, но затем, закрепляясь за целым классом сходных действий и предметов, слово стало выделять их общие устойчивые свойства, в слове начали фиксироваться результаты познания. Усложнение форм труда приводило к усложнению языка, а развитие языка способствовало лучшему взаимопониманию людей в процессе совместной деятельности и делало возможной передачу опыта от одного человека к другому, от одного поколения к другому.

Таким образом, сознание социально по своему происхождению. Возникновение сознания происходит в условиях активного воздействия на природу с помощью орудий, т. е. сознание представляет собой форму активно-познающего отражения. И наконец, сознание человека не есть что-то застывшее и неизменное, оно трансформируется в тесной зависимости от образа и условий жизни. История психики является отражением истории самой жизни и подчиняется ее общим законам.

3.4. Нейрофизиологические механизмы психики

В структурной организации нервной системы принято выделять центральную нервную систему (ЦНС) и периферическую. ЦНС в свою очередь включает в себя спинной мозг и головной мозг. Все остальные нервные структуры входят в периферическую систему. Высший отдел ЦНС – головной мозг состоит из мозгового ствола, большого мозга и мозжечка. Большой мозг представлен двумя полушариями, наружная поверхность которых покрыта серым веществом – корой. Кора составляет важнейшую часть головного мозга, являясь материальным субстратом высшей психической деятельности и регулятором всех жизненных функций организма.

А.Р. Лурия определил три основных функциональных блока мозга, участие которых необходимо для осуществления любого вида психической деятельности.

Первый блок – *активации и тонуса*. Анатомически он представлен сетевым образованием в стволовых отделах мозга – ретикулярной формацией, которая регулирует уровень активности коры от бодрствующего состояния до утомления и сна. Полноценная деятельность предполагает активное состояние человека, лишь в условиях оптимального бодрствования человек может успешно воспринимать информацию, планировать свое поведение и осуществлять намеченные программы действий.

Второй блок – *приема, переработки и хранения информации*. Он включает в себя задние отделы больших полушарий. В затылочные зоны поступает информация от зрительного анализатора – иногда их называют зрительной корой. Височные отделы отвечают за переработку слуховой информации – это так называемая слуховая кора. Теменные отделы коры связаны с общей чувствительностью, осязанием. Блок имеет иерархическое строение и состоит из корковых полей трех типов: первичные принимают и перерабатывают импульсы от периферических отделов, во вторичных происходит аналитическая переработка информации, в третичных осуществляется аналитико-синтетическая обработка информации, поступающей от разных анализаторов, – этот уровень обеспечивает наиболее сложные формы психической деятельности.

Третий блок – *программирования, регуляции и контроля*. Блок расположен преимущественно в лобных долях мозга. Здесь ставятся цели, формируются программы собственной активности, осуществляется контроль за их протеканием и успешностью выполнения.

Совместная работа всех трех функциональных блоков мозга составляет необходимое условие осуществления любой психической деятельности человека.

Представляя мозговые механизмы психической деятельности, следует остановиться на вопросе о межполушарной асимметрии мозга. Работа больших полушарий построена по контрлатеральному принципу, т. е. левое полушарие отвечает за правую сторону телесной организации человека, правое полушарие – за левую. Установлено, что и в функциональном отношении оба полушария неравнозначны. Функциональная асимметрия, которая понимается как различное участие левого и правого полушария в осуществлении психической деятельности, представляет собой одну из фундаментальных закономерностей работы мозга человека и животных.

В осуществлении любой психической деятельности участвует весь мозг в целом, однако разные полушария выполняют различную дифференцированную роль в осуществлении каждой психической функции. Например, в результате экспериментальных и клинических исследований было обнаружено, что правое и левое полушария различаются в стратегии переработки информации. Стратегия правого полушария состоит в целостном одномоментном восприятии предметов и явлений, эта способность воспринимать целое раньше его частей лежит в основе творческого мышления и воображения. Левое полушарие осуществляет последовательную рациональную обработку информации. Проблема межполушарной асимметрии и межполушарного взаимодействия далека от своего решения и требует дальнейших экспериментальных и теоретических исследований.

Изучение мозговых механизмов, обеспечивающих психические процессы, не приводит к однозначному пониманию природы психического. Простого указания на мозг и нервную систему как на материальный субстрат психических процессов недостаточно для решения вопроса о характере взаимоотношения психического и нейрофизиологического.

Русский физиолог И.П. Павлов поставил перед собой задачу раскрыть сущность психического объективными физиологическими методами исследования. Ученый пришел к выводу, что единицами поведения являются безусловные рефлексы как реакции на строго определенные раздражители из внешней среды и условные рефлексы как реакции на первоначально безразличный раздражитель, который становится безразличным вследствие его неоднократного сочетания с безусловным раздражителем. Условные рефлексы осуществляются высшими отделами мозга и основываются на образующихся между нервными структурами временных связях.

Важным вкладом в решение проблемы нейрофизиологических механизмов психики являются работы отечественных ученых ***Н.А. Бернштейна*** и ***П.К. Анохина***.

Н.А. Бернштейн изучал естественные движения человека и их физиологическую основу. До Н.А. Бернштейна механизм движения описывался схемой рефлекторной дуги: 1) прием внешних воздействий; 2) процесс их центральной переработки; 3) двигательная реакция. Н.А. Бернштейн предложил новый принцип нейрофизиологического управления движениями, который был назван *принципом сенсорных коррекций*. В его основу легло положение о том, что движения управляются не только и не столько эфферентными импульсами (командами, исходящими от центральных отделов к периферии), а в первую

очередь – афферентными (сигналами о внешнем мире, которые поступают в мозг в каждый момент выполнения движения). Именно афферентные сигналы и составляют «следающее устройство», которое обеспечивает непрерывную коррекцию движения, отбирая и меняя нужные траектории, регулируя систему напряжений и ускорений в соответствии с меняющимися условиями выполнения действия.

Но афферентные импульсы являются лишь частью того, что составляет механизм организации произвольных движений. Существен тот факт, что движения и действия человека не «реактивны», – они активны, целенаправленны и меняются в зависимости от замысла. Принцип активности противопоставляется принципу реактивности, согласно которому тот или иной акт, движение, действие определяется внешним стимулом и осуществляется по модели условного рефлекса, и преодолевает понимание процесса жизнедеятельности как процесса непрерывного приспособления к среде. Главное содержание процесса жизни организма – это не приспособление к среде, а реализация внутренних программ. В ходе такой реализации организм неизбежно преобразует среду.

П.К. Анохиным была создана теория функциональных систем, явившаяся одной из первых моделей подлинной психологически ориентированной физиологии. Согласно положениям этой теории физиологическую основу психической деятельности составляют особые формы организации нервных процессов. Они складываются при включении отдельных нейронов и рефлексов в целостные функциональные системы, которые обеспечивают целостные поведенческие акты.

Исследования ученого показали, что поведение индивида определяется не отдельным сигналом, а афферентным синтезом всей доходящей до него в данный момент информации. Афферентные синтезы запускают в ход сложные виды поведения. В итоге П.К. Анохин пришел к выводу о необходимости пересмотра классических представлений о рефлекторной дуге. Он разработал учение о функциональной системе, под которой понималась динамическая организация структур и процессов организма. Согласно этому учению движущей силой поведения могут быть не только непосредственно воспринимаемые воздействия, но и представления о будущем, о цели действия, ожидаемый эффект поведенческого акта. При этом поведение вовсе не заканчивается ответной реакцией организма. Ответная реакция создает систему «обратной афферентации», сигнализирующей об успехе или неуспехе действия, составляет *акцентор результата действия*.

Процесс сличения модели будущего с эффектом выполненного действия является существенным механизмом поведения. Только при условии их полного совпадения действие прекращается. Если же действие оказывается неудачным, то происходит «рассогласование» модели будущего и результата действия. Поэтому действие продолжается, в него вносятся соответствующие коррективы. Рефлекторную дугу П.К. Анохин заменил более сложной схемой рефлекторного кольца, объясняющей саморегулирующийся характер поведения.

Теория функциональных систем П.К. Анохина создала новую – системную – методологию изучения целостных поведенческих актов. В работах ученого было показано, что любая целостная деятельность организма осуществляется только при избирательной интеграции многих частных физиологических механизмов в единую функциональную систему.

Несмотря на неоспоримость того, что мозг является органом психического отражения, взаимосвязь психического и нейрофизиологического должна рассматриваться с позиций самостоятельности и специфичности каждого из этих процессов. Психическое

невозможно свести к обеспечивающим его морфофункциональным структурам, работа мозга не является содержанием психики. Психическое отражает не физиологические процессы, протекающие в организме человека, а объективную реальность. Специфическое содержание психического заключается в представленности образов мира и субъективного отношения к нему. Как писал философ А.Г. Спиркин, «в коре мозга нейрохирург видит не яркие мысли наподобие духовного пламени, а всего лишь серое вещество».

Вопросы для самопроверки

1. Какие основные подходы к решению проблемы возникновения психики существовали в истории науки?
2. В чем сущность различий между раздражимостью и чувствительностью?
3. Каковы основные стадии развития психики и поведения в филогенезе?
4. В чем состоят основные отличия психического отражения животных от психики человека?
5. Какую структуру функциональной организации мозга предложил А.Р. Лурия?

Литература

Основная

1. *Гиппенрейтер Ю.Б.* Введение в общую психологию: Курс лекций. М., 1988. Лекц. 9 и 10.
2. *Нуркова В.В., Березанская Н.Б.* Психология: Учебник. М., 2004. Гл. 3.1, 3.4.
3. *Слободчиков В.И., Исаев Е.И.* Психология человека. М., 1995. Гл. 7 (7.4).

Дополнительная

1. *Леонтьев А.Н.* Проблемы развития психики. М., 1981.
2. *Фабри К.Э.* Основы зоопсихологии. М., 1976.

Тема 4. Функции, структура и формы психического отражения

4.1. Понятие психики и ее основные функции

Еще в глубокой древности было обнаружено, что наряду с миром вещественным, предметным, внешним, объективным существуют явления не вещественные, внутренние, субъективные – человеческие чувства, желания, воспоминания и т. д. Каждый человек наделен психической жизнью.

Психика определяется как свойство высокоорганизованной материи отражать объективную реальность и на основе формируемого при этом психического образа целесообразно регулировать деятельность субъекта и его поведение. Из данного

определения следует, что основными функциями психики являются тесно взаимосвязанные между собой отражение объективной реальности и регуляция индивидуального поведения и деятельности.

Отражение выражает в себе способность материальных объектов в процессе взаимодействия воспроизводить в своих изменениях особенности и черты воздействующих на них объектов. Форма отражения зависит от формы существования материи. В природе можно выделить три основных формы отражения. Низшему уровню организации жизни соответствует *физическая* форма отражения, характерная для взаимодействия объектов неживой природы. Более высокому уровню соответствует *физиологическая* форма отражения. Следующий уровень приобретает форму наиболее сложного и развитого *психического* отражения со специфической для человеческой психики наивысшей ступенью отражения – сознанием. Сознание интегрирует многообразные явления человеческой реальности в подлинно целостный способ бытия, делает человека Человеком.

Сознательность психической жизни человека заключается в его способности отделить в своем представлении себя, собственное «Я» от жизненного окружения, сделать свой внутренний мир, субъективность предметом осмысления, понимания, а главное – предметом практического преобразования. Эта способность человеческой психики называется *самосознанием*, и именно она определяет границу, разделяющую животный и человеческий способы бытия.

Психическое отражение не зеркально и не пассивно – это *активный* процесс, связанный с поиском и выбором способов действий, адекватных складывающимся условиям. Особенностью психического отражения является *субъективность*, т. е. опосредованность прошлым опытом человека и его индивидуальностью. Это выражается прежде всего в том, что мы видим один мир, но он предстает для каждого из нас по-разному. В то же время психическое отражение дает возможность строить «внутреннюю картину мира», адекватную объективной реальности, в связи с чем необходимо отметить и такое его свойство, как *объективность*. Только благодаря правильному отражению возможно познание человеком окружающего мира. Критерием правильности является практическая деятельность, в которой психическое отражение постоянно углубляется, совершенствуется и развивается. Важной особенностью психического отражения является, наконец, его *опережающий характер*: оно делает возможным предвосхищение в деятельности и поведении человека, что позволяет принимать решения с определенным временно-пространственным опережением в отношении будущего.

Благодаря *регуляции поведения и деятельности* человек не только адекватно отражает окружающий объективный мир, но имеет возможность преобразовывать этот мир в процессе целенаправленной деятельности. Адекватность движений и действий человека условиям, орудиям и предмету деятельности возможна только в том случае, если они правильно отражаются субъектом. Идея регулирующей роли психического отражения была сформулирована еще И.М. Сеченовым, отмечавшим, что ощущения и восприятие являются не только пусковыми сигналами, но и своеобразными «образцами», в соответствии с которыми производится регулирование движений.

Психика представляет собой сложную систему, ее элементы иерархически организованы и изменчивы. Как любая система, психика характеризуется собственной структурой, динамикой функционирования, определенной организацией.

4.2. Структура психики. Психические процессы, психические состояния и психические свойства

Многие исследователи акцентируют внимание на системности, целостности и нерасчлененности психики как ее фундаментальном свойстве. Все многообразие психических явлений в психологии принято разделять на психические процессы, психические состояния и психические свойства. Эти формы тесно связаны между собой. Их выделение определено методической необходимостью систематизировать изучение такого сложного объекта, как психическая жизнь человека. Таким образом, выделенные категории представляют собой скорее структуру знаний о психике, чем структуру самой психики.

Понятие «психический процесс» подчеркивает процессуальный (динамический) характер изучаемого явления. К основным *психическим процессам* относятся когнитивные, мотивационные и эмоциональные.

1. *Когнитивные процессы* обеспечивают отражение мира и преобразование информации. Ощущение и восприятие делают возможным отражение реальности при непосредственном воздействии сигналов на органы чувств и представляют собой уровень чувственного познания окружающего мира. Ощущение связано с отражением отдельных свойств объективного мира, в результате восприятия формируется целостный образ окружающего мира во всей его полноте и разнообразии. Образы восприятия часто называют первичными образами. Результатом запечатления, воспроизведения или преобразования первичных образов являются вторичные образы, представляющие собой продукт рационального познания объективного мира, которое обеспечивается такими психическими процессами, как память, воображение, мышление. Наиболее опосредованным и обобщенным процессом познания является мышление, в результате которого человек получает субъективно новое знание, которое нельзя вывести из непосредственного опыта.

2. *Процессы мотивации и воли* обеспечивают психическую регуляцию деятельности человека, побуждая, направляя и контролируя эту деятельность. Основным компонентом мотивационного процесса является возникновение потребности, субъективно переживаемой как состояние нужды в чем-либо, желания, страсти, стремления. Поиск предмета, удовлетворяющего потребность, приводит к актуализации мотива, который представляет собой образ предмета удовлетворения потребности, основанный на прошлом опыте субъекта. На основе мотива происходят целеполагание и принятие решений.

3. *Эмоциональные процессы* отражают пристрастность и субъективную оценку человеком окружающего мира, себя и результатов деятельности. Они проявляются в форме субъективных переживаний и всегда непосредственно связаны с мотивацией.

Психические состояния характеризуют статический момент индивидуальной психики, подчеркивая относительное постоянство психического явления во времени. По уровню динамичности они занимают промежуточную позицию между процессами и свойствами. Подобно психическим процессам психические состояния можно разделить на когнитивные (сомнение и т. д.), мотивационно-волевые (уверенность и т. д.) и эмоциональные (счастье и т. д.). Кроме того, в отдельную категорию выделяют функциональные состояния человека, характеризующие готовность к эффективному выполнению деятельности. Функциональные состояния могут быть оптимальными и неоптимальными, острыми и хроническими, комфортными и дискомфортными. К ним

относят различные состояния работоспособности, утомления, монотонии, психологического стресса, экстремальные состояния.

Психические свойства – это наиболее устойчивые психические явления, закрепленные в структуре личности и определяющие постоянные способы взаимодействия человека с миром. К основным группам психических свойств личности относят темперамент, характер и способности. Психические свойства относительно неизменны во времени, хотя и могут изменяться в ходе жизни под влиянием средовых и биологических факторов, опыта. Темперамент является наиболее общей динамической характеристикой индивида, которая проявляется в сфере общей активности человека и его эмоциональности. Свойства характера определяют типичный для данного человека способ поведения в жизненных ситуациях, систему отношений к себе и окружающим людям. Способностями называют индивидуально-психологические особенности индивида, определяющие успешное выполнение деятельности, развивающиеся и проявляющиеся в деятельности.

Психические процессы, состояния и свойства представляют собой неразрывное неделимое единство, образуя целостность психической жизни человека. Категорией, интегрирующей все психические проявления и факты в сложную, но единую систему, является «личность».

4.3. Сознание как высшая форма психического отражения. Состояния сознания

Фундаментальной характеристикой человеческого бытия является его осознанность. Сознание составляет неотъемлемый атрибут человеческого существования. Проблема содержания, механизмов и структуры человеческого сознания до сегодняшнего дня остается одной из принципиально важных и наиболее сложных. Это связано, в частности, с тем, что сознание выступает объектом исследования многих наук, причем круг таких наук все более и более расширяется. Исследованием сознания занимаются философы, антропологи, социологи, психологи, педагоги, физиологи и другие представители естественных и гуманитарных наук, каждая из которых изучает определенные явления сознания. Эти явления достаточно далеки друг от друга и не соотносятся с сознанием как с целым.

В философии проблема сознания освещается в связи с соотношением идеального и материального (сознание и бытие), с точки зрения происхождения (свойство высокоорганизованной материи), с позиции отражения (отражение объективного мира). В более узком значении сознание понимается как человеческое отражение бытия, воплощаемое в социально выраженных формах идеального. Появление сознания связывается в философской науке с возникновением труда и воздействием на природу в ходе коллективной трудовой деятельности, породившим осознание свойств и закономерных связей явлений, которое закреплялось в языке, сформировавшемся в процессе общения. В труде и реальном общении видится также основа для возникновения самосознания – осознания собственного отношения к окружающей природной и социальной среде, понимание своего места в системе социальных отношений. Специфика человеческого отражения бытия определяется прежде всего тем, что сознание не только отражает объективный мир, но и творит его.

В психологии сознание рассматривается как наивысшая форма отражения реальной действительности, целенаправленно регулирующая деятельность человека и связанная с речью. Развитое сознание индивида характеризуется сложной, многомерной

психологической структурой. А.Н. Леонтьев выделял в структуре человеческого сознания три основных составляющих: чувственную ткань образа, значения и личностный смысл.

Чувственная ткань образа представляет собой чувственный состав конкретных образов реальности, актуально воспринимаемой или всплывающей в памяти, относимой к будущему или только воображаемой. Эти образы отличаются по своей модальности, чувственному тону, степени ясности, устойчивости и т. д. Особая функция чувственных образов сознания состоит в том, что они придают реальность сознательной картине мира, открывающейся субъекту, другими словами, мир выступает для субъекта как существующий не **в** сознании, а **вне** его сознания – как объективное «поле» и объект деятельности. Чувственные образы представляют всеобщую форму психического отражения, порождаемого предметной деятельностью субъекта.

Значения есть важнейшие составляющие человеческого сознания. Носителем значений является общественно-выработанный язык, который выступает как идеальная форма существования предметного мира, его свойств, связей и отношений. Ребенок усваивает значения в детстве в ходе совместной деятельности со взрослыми. Общественно-выработанные значения становятся достоянием индивидуального сознания и позволяют человеку строить на его основе собственный опыт.

Личностный смысл создает пристрастность человеческого сознания. Он указывает на то, что индивидуальное сознание несводимо к безличному знанию. Смысл – это функционирование значений в процессах деятельности и сознания конкретных людей. Смысл связывает значения с реальностью жизни человека, с его мотивами и ценностями.

Чувственная ткань образа, значения и смысл находятся в тесном взаимодействии, взаимно обогащая друг друга, образуют единую ткань сознания личности.

Другой аспект психологического анализа категории сознания в психологии близок к тому, как понимают сознание в естественных науках: физиологии, психофизиологии, медицине. Этот путь изучения сознания представлен исследованиями состояний сознания и их изменений. Состояния сознания рассматриваются как некоторый уровень активации, на фоне которого происходит процесс психического отражения окружающего мира и деятельность. Традиционно в западной психологии выделяют два состояния сознания: сон и бодрствование.

К числу основных законов психической деятельности человека относится циклическое чередование сна и бодрствования. Потребность в сне зависит от возраста. Общая продолжительность сна новорожденного – 20–23 ч в сутки, от шести месяцев до одного года – около 18 ч, в возрасте от двух до четырех лет – около 16 ч, в возрасте от четырех до восьми лет – около 12 ч. В среднем человеческий организм функционирует следующим образом: 16 ч – бодрствование, 8 ч – сон. Однако экспериментальные исследования ритмов человеческой жизни показали, что такое соотношение между состояниями сна и бодрствования не является обязательным и универсальным. В США были проведены опыты по изменению ритма: цикл в 24 ч был заменен на цикл в 21, 28 и 48 ч. По 48-часовому циклу испытуемые жили во время длительных пребываний в пещере. На каждые 36 ч бодрствования у них приходилось по 12 ч сна, а значит, в каждые обычные, «земные» сутки они экономили два часа бодрствования. Многие из них вполне приспособились к новому ритму и сохранили работоспособность.

Лишенный сна человек погибает в течение двух недель. В результате 60-80-часового отсутствия сна у человека наблюдается снижение скорости психических реакций,

портится настроение, происходит дезориентация в окружающей среде, резко снижается работоспособность, теряется способность к сосредоточению внимания, могут возникнуть различные нарушения моторики, возможны галлюцинации, иногда наблюдается потеря памяти и сбивчивость речи. Ранее считалось, что сон – это просто полный отдых организма, позволяющий ему восстановить силы. Современные представления о функциях сна доказывают: это не просто восстановительный период, а главное – это вовсе не однородное состояние. Новое понимание сна стало возможным с началом применения психофизиологических методов анализа: записи биоэлектрической активности мозга (ЭЭГ), регистрации мышечного тонуса и движений глаз. Было обнаружено, что сон состоит из пяти фаз, сменяющихся каждые полтора часа, и включает в себя два качественно различных состояния – медленный и быстрый сон, – которые отличаются друг от друга по типам электрической активности мозга, вегетативным показателям, тону мышц, движениям глаз.

Медленный сон имеет четыре стадии:

- 1) дремота – на этой стадии исчезает основной биоэлектрический ритм бодрствования – альфа-ритмы, они сменяются низкоамплитудными колебаниями; могут возникать сноподобные галлюцинации;
- 2) поверхностный сон – появляются веретена сна (веретенообразный ритм – 14–18 колебаний в секунду); при появлении первых веретен сознание отключается;
- 3) и 4) дельта-сон – появляются высокоамплитудные, медленные колебания ЭЭГ. Дельта-сон подразделяется на две стадии: на 3-й стадии волны занимают 30–40 % всей ЭЭГ, на 4-й – более 50 %. Это глубокий сон: мышечный тонус снижен, движения глаз отсутствуют, ритм дыхания и пульс становятся реже, температура понижается. Пробудить человека из дельта-сна очень трудно. Как правило, разбуженный в этих фазах сна человек не помнит сновидений, плохо ориентируется в окружающем, неверно оценивает временные промежутки (сокращает время, проведенное во сне). Дельта-сон, период наибольшего отключения от внешнего мира, преобладает в первую половину ночи.

Быстрый сон характеризуется ритмами ЭЭГ, похожими на ритмы бодрствования. Усиливается мозговой кровоток при сильном мышечном расслаблении с резкими подергиваниями в отдельных группах мышц. Подобное сочетание активности ЭЭГ и полной мышечной расслабленности объясняет второе название этой стадии сна – парадоксальный сон. Происходят резкие изменения частоты сердечных сокращений и дыхания (серии частых вдохов и выдохов чередуются паузами), эпизодический подъем и спад кровяного давления. Наблюдаются быстрые движения глаз при закрытых веках. Именно стадия быстрого сна сопровождается сновидениями, и если человека разбудить в этот период, то он довольно связно расскажет, что ему приснилось.

Сны как психологическую реальность ввел в психологию **З. Фрейд** (см. 2.2). Он рассматривал сны как яркое выражение бессознательного. В понимании современных ученых во сне продолжается переработка информации, полученной в течение дня. Причем центральное место в структуре сновидений играет подпороговая информация, на которую в течение дня не было обращено должного внимания, или информация, не ставшая достоянием сознательной обработки. Таким образом, сон расширяет возможности сознания, упорядочивает его содержание, обеспечивает необходимую психологическую защиту.

Состояние бодрствования также неоднородно: в течение дня уровень активации постоянно меняется в зависимости от влияния внешних и внутренних факторов. Можно выделить напряженное бодрствование, моменты которого соответствуют периодам самой интенсивной умственной и физической деятельности, нормальное бодрствование и расслабленное бодрствование. Напряженное и нормальное бодрствования называют экстравертированными состояниями сознания, так как именно в этих состояниях человек способен на полноценное и эффективное взаимодействие с окружающим миром и другими людьми. Эффективность выполняемой деятельности и продуктивность решения жизненных задач в большой мере определяются уровнем бодрствования и активации. Поведение тем эффективнее, чем ближе уровень бодрствования к некоторому оптимуму: он не должен быть слишком низким и слишком высоким. При низких уровнях готовность человека к деятельности невысока и он может вскоре заснуть, при высокой активации человек взволнован и напряжен, что может привести к дезорганизации деятельности.

Кроме сна и бодрствования в психологии выделяют ряд состояний, которые называются измененными состояниями сознания. К ним относятся, например, *медитация* и *гипноз*. Медитацией является особое состояние сознания, измененное по желанию субъекта. Практика введения в такое состояние известна на Востоке в течение многих столетий. В основе всех видов медитации лежит сосредоточение внимания с тем, чтобы ограничить поле экстравертированного сознания и заставить мозг ритмически реагировать на тот стимул, на котором сосредоточился субъект. После сеанса медитации отмечается чувство отдыха, уменьшение физического и психического напряжения и утомления, повышаются психическая активность и общий жизненный тонус.

Гипноз представляет собой особое состояние сознания, которое возникает под влиянием суггестии (внушения), включая и самовнушение. В гипнозе выявляется нечто общее с медитацией и сном: подобно им, гипноз достигается уменьшением притока сигналов к мозгу. Однако эти состояния не следует отождествлять. Существенными компонентами гипноза являются внушение и внушаемость. Между гипнотизируемым и гипнотизирующим устанавливается рапорт – единственная связь с окружающим миром, которая сохраняется у человека в состоянии гипнотического транса.

С древних времен люди использовали специальные вещества с целью изменения состояния своего сознания. Вещества, которые воздействуют на поведение, сознание и настроение, называются психоактивными, или психотропными. К одному из классов таких веществ относятся наркотики, приводящие человека в состояние «невесомости», эйфории и создающие ощущение пребывания вне времени и пространства. Большинство наркотических веществ производят из растений, прежде всего о мака, из которого получают опиум. Собственно наркотиками в узком смысле называются именно опиаты – производные опиума: морфин, героин и др. К наркотикам человек быстро привыкает, у него формируется физическая и психическая зависимость.

Другой класс психотропных веществ составляют стимуляторы, возбуждающие средства. К малым возбуждающим средствам относятся чай, кофе и никотин – многие люди используют их, чтобы взбодриться. Более сильными возбуждающими средствами являются амфетамины – они вызывают прилив сил, в том числе и творческих, возбуждение, эйфорию, уверенность в себе, ощущение безграничности своих возможностей. Последствием употребления этих веществ могут быть появление психотической симптоматики, галлюцинаций, паранойи, упадок сил. Неуродепрессанты, барбитураты и транквилизаторы уменьшают беспокойство, успокаивают, снижают эмоциональное напряжение, некоторые действуют как снотворные средства. Галлюциногены и психоделики (ЛСД, марихуана, гашиш) искажают восприятие времени,

пространства, вызывают галлюцинации, эйфорию, изменяют мышление, расширяют сознание. Содержание, структура и состояния человеческого сознания весьма многообразны. Они вызывают острый интерес и имеют несомненную практическую значимость, однако изучены крайне мало. Сознание до сих пор остается самой большой загадкой человечества.

4.4. Сознание и бессознательное

Важным шагом в изучении сознательного отражения окружающей реальности является определение круга явлений, которые принято называть неосознаваемыми, или бессознательными. *Ю.Б. Гиппенрейтер* предложила разделить все неосознаваемые психические явления на три больших класса: 1) неосознаваемые механизмы сознательных действий; 2) неосознаваемые побудители сознательных действий; 3) надсознательные процессы.

Среди *неосознаваемых механизмов сознательных действий* выделяют:

1) неосознаваемые автоматизмы – действия или акты, которые совершаются как бы «сами собой», без участия сознания. Некоторые из этих процессов никогда не осознавались, другие же прошли через сознание и перестали осознаваться. Первые называются *первичными автоматизмами*, или автоматическими действиями. Они либо являются врожденными, либо сформировались очень рано – в течение первого года жизни: сосательные движения, мигание, схватывание, ходьба, конвергенция глаз. Вторые известны как *вторичные автоматизмы*, или автоматизированные действия, навыки. Благодаря формированию навыка действие начинает осуществляться быстро и точно, а за счет автоматизации происходит освобождение сознания от необходимости постоянного контроля за выполнением действия;

2) неосознаваемые установки – готовность организма или субъекта к совершению определенного действия или к реагированию в определенном направлении. Фактов, демонстрирующих готовность или предварительную настройку организма к действию, чрезвычайно много, и они относятся к разным сферам. В качестве примеров неосознаваемых установок можно назвать мышечную преднастройку к осуществлению физического действия – моторную установку, готовность воспринимать и интерпретировать материал, объект, явление определенным образом – перцептивную установку, готовность решать проблемы и задачи определенным способом – умственную установку, и т. д. Установки имеют очень важное функциональное значение: субъект, подготовленный к действию, способен осуществить его более эффективно и экономично;

3) неосознаваемые сопровождения сознательных действий. Не все неосознаваемые компоненты несут одинаковую функциональную нагрузку. Одни *реализуют* сознательные действия, другие *подготавливают* действия. Наконец, существуют неосознаваемые процессы, которые просто *сопровождают* действия. В эту группу входят произвольные движения, тонические напряжения, мимика и пантомимика, а также широкий спектр вегетативных реакций, сопровождающих действия и состояния человека. Например, ребенок высовывает язык, когда пишет; человек, наблюдающий за кем-то, переносящим боль, имеет горестное выражение лица и не замечает этого. Эти неосознаваемые явления играют важную роль в коммуникативных процессах, представляя собой необходимый компонент человеческого общения (мимику, жесты, пантомимику). Они являются также объективными показателями различных психологических характеристик и состояний человека – его намерений, отношений, скрытых желаний и мыслей.

Исследование *неосознаваемых побудителей сознательных действий* связано с именем Фрейда. Интерес к неосознаваемым процессам возник у Фрейда в самом начале его врачебной деятельности. Внимание ученого привлекли феномены постгипнотического внушения. На основании анализа подобных фактов он создал свою *теорию бессознательного*. Согласно Фрейду в психике существуют три сферы: предсознание, сознание, бессознательное. *Предсознание* – скрытые, латентные знания, которые имеются у человека, но не присутствуют в его сознании в данный момент; при необходимости они легко перемещаются в сознание. Содержание *бессознательного*, напротив, с трудом становится достоянием сознания. Вместе с тем оно обладает сильным энергетическим зарядом и, проникая в сознание в измененном виде – как сновидения, ошибочные действия или невротические симптомы, – оказывает на него большое влияние. Фрейд считал, что истинные причины поведения человека не осознаются им, – они скрыты и тесно связаны с подавленными влечениями, прежде всего сексуальными. Осознание истинных причин поведения, полагал ученый, возможно только во взаимодействии с психоаналитиком в специально организованном терапевтическом процессе – психоанализе.

Выдающийся отечественный психолог А.Н. Леонтьев также утверждал, что большинство мотивов деятельности человеком не осознаются. Но, по его мнению, мотивы могут проявляться в эмоциональной окраске тех или иных объектов или явлений, в форме отражения их личностного смысла. Человек способен осознать мотивы своего поведения, не прибегая к помощи психолога. Однако это представляет собой специальную задачу. Нередко осознание мотива подменяется мотивировкой – рациональным обоснованием поступка, не отражающим действительных побуждений человека.

Надсознательные процессы – это процессы образования некоего интегрального продукта большой неосознаваемой работы, который затем «вторгается» в сознательную жизнь человека. Например, человек занят решением какой-то сложной проблемы, о которой думает изо дня в день в течение длительного времени. Размышляя над проблемой, он перебирает и анализирует различные впечатления и события, высказывает предположения, проверяет их, спорит с собой. И вдруг все проясняется: иногда это возникает неожиданно, само собой, иногда после незначительного события, которое оказывается как бы последней каплей, переполняющей чашу. То, что вошло в его сознание, в действительности является интегральным продуктом предшествовавшего процесса. Однако человек не имеет представления о ходе последнего. «Надсознательное» – это процессы, происходящие *над* сознанием в том смысле, что их содержание и временные масштабы крупнее всего того, что может вместить сознание. Проходя через сознание отдельными своими участками, они как целое находятся за его пределами.

Выделенные классы неосознаваемых психических явлений расширяют наше представление о психике, не ограничивая ее только фактами сознательного отражения реальности. Следует особенно подчеркнуть, что сознательное и бессознательное – это не противоположности, а частные проявления психического.

Вопросы для самопроверки

1. Что такое психика и каковы ее основные функции?
2. Каковы основные уровни психического отражения?
3. Что такое сознание?

4. Что такое состояния сознания? Какие состояния сознания вы знаете?

5. Что такое неосознаваемые психические явления? Какие классы неосознаваемых психических явлений выделяет Ю.Б. Гиппенрейтер?

Литература

Основная

1. *Гиппенрейтер Ю.Б.* Введение в общую психологию: Курс лекций. М., 1988. Лекц. 5 и 6.
2. Психология: Учебник / Под ред. В.Н. Дружинина. СПб., 2003. Гл. 5.

Дополнительная

1. *Леонтьев А.Н.* Деятельность. Сознание. Личность. М., 1975.
2. *Слободчиков В.И., Исаев Е.И.* Психология человека. М., 1995.

Тема 5. Развитие психики в онтогенезе

5.1. Проблема движущих сил психического развития

В отличие от развития вида – филогенеза – развитие индивида обозначается термином **«онтогенез»**. Он был введен немецким биологом Э. Геккелем. Онтогенез психики означает ее непрерывное развитие от рождения до конца жизни человека.

Вопрос о том, что определяет развитие психики, другими словами, вопрос о движущих силах психического развития, является одним из самых важных и сложных в психологии. В течение многих столетий ученые вновь и вновь поднимают его, но так и не могут прийти к однозначному решению. Традиционно выделяют две основные категории факторов, определяющих психическое развитие: биологические и социальные.

Сторонники представлений о главенствующей роли «среды», «общества» считают, что человек является продуктом внешнего влияния. Представителей этого направления называют «социологизаторами», а само направление – *социогенетическим*. У истоков социогенетического направления стоял английский философ Дж. Локк. Он считал, что душа ребенка подобна «чистой доске» (*tabula rasa*), на которую можно написать все что захочется. Ученый придерживался того мнения, что любая черта личности обусловлена исключительно личным опытом, а врожденные факторы не имеют большого значения. Решающая роль в психическом развитии человека отводилась обучению и воспитанию. Этот взгляд на развитие человека существует до сих пор. Например, концепции современного «ситуационализма» в теориях личности настаивают на том, что люди изначально не делятся на честных и бесчестных, добрых и злых, альтруистов и эгоистов – они становятся такими под давлением ситуации.

Противоположной точки зрения придерживались французские философы Р. Декарт и **Жан-Жак Руссо**. Это представители так называемого «*природного*», «*биологизаторского*» направления, основная идея которого состоит в том, что наибольшее значение для развития личности имеет наследственность, генетические факторы, влияние же среды минимально. Ребенок растет согласно естественным законам, реализуя то, что дано ему от природы; необходимо лишь довериться этому росту, не мешать ему.

Идеи, сформулированные Локком и Руссо в самой общей форме, на долгое время предопределили извечный спор относительно того, что определяет ход психического развития человека: природа или воспитание, наследственность или среда, гены или образ жизни, и т. д. Однако сегодня становится все более очевидным, что процесс влияния рассматривается в обоих направлениях механистично и однозначно. Современная психология приходит к пониманию того, что сама формулировка проблемы – «наследственность или воспитание» – некорректна, и это явилось причиной бесплодных дебатов в течение многих столетий.

Выход из сложившегося положения, казалось, был найден в двухфакторных теориях детерминации развития личности. Одна из этих теорий называется *теорией конвергенции двух факторов* и принадлежит **В. Штерну**. Он считал, что психическое развитие – это не простое проявление врожденных свойств и не простое восприятие внешних воздействий, но результат конвергенции внутренних данных с внешними условиями развития. Штерн писал: «Ни о какой функции, ни о каком свойстве нельзя спрашивать: “Происходит ли оно извне или изнутри?”... так как и то, и другое принимает участие в его осуществлении».

Теория конвергенции рассматривает психическое развитие как процесс, который складывается под влиянием *X*-элементов наследственности и *Y*-элементов среды. Это самая распространенная концепция современной, прежде всего западной, психологии. Так, например, английский психолог **Г. Айзенк** считает, что интеллект на 80 % определяется влиянием среды и лишь на 20 % – влиянием наследственности.

Но тем не менее следует отметить, что сторонники теории конвергенции определяющую роль все же отводили наследственности, среда рассматривалась ими лишь в качестве регулятора условий, в которых эта наследственность реализуется. Ограниченность теории конвергенции проявляется в том, что механистическое сложение биологических и социальных факторов не позволяет понять сущности развития человека в природе и обществе.

Другой подход к решению вопроса о детерминации развития с позиций влияния двух факторов сформировался в рамках психоанализа З. Фрейда и многих неопрейдистских концепций. В этих теориях, в отличие от позиции В. Штерна, развитие рассматривается как результат конфронтации, или противоборства, двух факторов: биологического и социального.

З. Фрейд считал, что развитие личности может быть понято исходя из изучения двух принципов – *принципа стремления к удовольствию* и *принципа реальности*. Стремление к удовольствию связано с удовлетворением сексуальных влечений, биологически заданных, врожденных и естественных, однако это стремление сталкивается с запретами и нормами, существующими в обществе, в социальной среде. В соответствии с принципом реальности человек вынужден считаться с теми отношениями, которые сложились в мире. Благодаря воспитанию удается временно примирить те силы, которые сталкиваются из-за противоборства принципа реальности и принципа удовольствия. Таким образом, конфронтация двух факторов предстает как конфликт между обществом и влечениями личности, а во внутреннем плане выражается изначальным конфликтом между различными инстанциями самой личности – «Сверх-Я» и «Оно». «Сверх-Я» представляет собой усвоенные личностью социальные нормы, правила поведения, а «Оно» содержит глубинные влечения, отражающие природное начало в человеке.

Теория конфронтации двух факторов неоднократно подвергалась критическому анализу в психологии и философии и прежде всего в силу того, что предложенная схема влечет за

собой резкое противопоставление Личности и Общества. В неопределенности были предприняты попытки «социологизации» психоанализа, но основные теоретические установки остались прежними.

Отечественной психологии в рамках культурно-исторического направления, у истоков которого стоял выдающийся психолог Л.С. Выготский, удалось преодолеть дуализм в решении вопроса о движущих силах психического развития. Одна из главных идей Л.С. Выготского состоит в том, что в развитии поведения ребенка надо различать две линии: естественное «созревание» и овладение культурными способами поведения и мышления (социализацию).

Культурное развитие заключается в овладении такими средствами поведения, которые человечество создало в процессе своего исторического развития: языком, письмом, счетными системами и др. Усвоение культурно-исторических достижений человечества ребенком происходит в процессе перехода внешней предметной деятельности ребенка во внутреннюю психическую реальность, внешний прием как бы «вращивается» и становится внутренним, – этот процесс называется *«интериоризация»*.

Ранняя смерть помешала Л.С. Выготскому завершить оформление целостной теоретической системы. Дальнейшее развитие его идей осуществили психологи Харьковской школы А.Н. Леонтьев, *А.В. Запорожец, П.И. Зинченко, П.Я. Гальперин, Л.И. Божович* и др. в комплексной программе исследований развития психики ребенка. Концептуальным стержнем программы стало понятие предметной деятельности.

Как отмечал *Д.Б. Эльконин*, введение понятия «деятельность» позволяет совершенно по-иному взглянуть на процесс психического развития и указывает путь выхода из тупика проблемы двух факторов. Процесс развития определяется прежде всего активностью самого субъекта – это его самодвижение благодаря деятельности с предметами, – факторы же наследственности и среды лишь представляют условия, которые определяют не суть процесса развития, а его вариации в пределах нормы.

5.2. Понятие возраста. Психологический возраст и периодизация психического развития

Возраст – одна из фундаментальных и сложных категорий психологии. Можно выделить два уровня анализа этого понятия:

Абсолютный (или календарный, хронологический) возраст выражается количеством временных единиц (минут, дней, лет, тысячелетий и т. п.), отделяющих момент возникновения объекта от момента измерения его возраста. Это чисто количественное, абстрактное понятие, обозначающее длительность существования объекта, его локализацию во времени. Определение абсолютного возраста называется *датировкой*.

Условный возраст (или возраст развития) определяется путем установления местоположения объекта в определенном эволюционно-генетическом ряду, в некотором процессе развития, на основании каких-то качественно-количественных признаков. Установление условного возраста – элемент *периодизации*, которая предполагает выбор не только хронологических единиц измерения, но и самой системы отсчета и принципов ее расчленения.

Анализ индивидуального развития человека показывает, что категория возраста с точки зрения жизненного пути конкретного человека может быть рассмотрена с нескольких позиций.

Биологический возраст определяется состоянием обмена веществ и функций организма по сравнению со средним статистическим уровнем развития, характерным для всей популяции данного хронологического возраста, – за основу взяты те генетические, морфологические, физиологические и нейрофизиологические изменения, которые происходят в организме каждого человека. Благодаря полученным статистическим данным о том, в каком хронологическом возрасте какие изменения должны происходить, были установлены определенные возрастные нормативы. Соответственно если в данном возрасте у человека еще не наступили ожидаемые изменения, значит, он отстает в своем биологическом развитии, т. е. его биологический возраст меньше хронологического. Если, напротив, наступили изменения, которые должны произойти в более старшем возрасте, то говорят, что биологический возраст человека превышает его хронологический возраст.

Психологический возраст устанавливается путем соотнесения уровня психического (умственного, эмоционального и т. д.) развития индивида с соответствующим нормативным уровнем.

Социальный возраст измеряется посредством соотнесения уровня социального развития человека (например, меры овладения определенным набором социальных ролей) с тем, что статистически нормально для его сверстников.

Существует также *субъективный возраст* личности, имеющий внутреннюю систему отсчета. Под этим понятием подразумевается собственная оценка человеком своего возраста, возрастное самосознание, зависящее от напряженности, событийной наполненности жизни. Основой субъективного возраста является самоощущение. Следовательно, субъективный возраст относительно свободен от хронологического возраста. Человек может ощущать себя старше своих лет, младше или соответственно своему возрасту.

Предметом психологического исследования является психологический возраст человека, а основной задачей в связи с этим выступает поиск системы отсчета и хронологических единиц измерения, т. е. построение периодизации психического развития.

Цель любой периодизации – обозначить на линии развития точки, отделяющие друг от друга качественно своеобразные периоды. Вопрос заключается в том, что обуславливает качественное своеобразие. В истории психологии неоднократно предпринимались попытки построить периодизацию психического развития. Их систематизация была предпринята Л.С. Выготским в работе «Проблема возраста». Все существующие к тому времени периодизации ученый разделил на три группы, и сделал это настолько методологически удачно, что в предложенную систематизацию, как правило, успешно вписываются современные периодизации.

Первую группу составили периодизации, созданные не путем расчленения самого процесса развития на этапы, а по аналогии со ступенчатым построением других хронологических систем. Таковой является, в частности, известная периодизация *С. Холла*, созданная по аналогии с представлениями о ступенях развития общества. Он выделял стадию рытья и копания (0–5 лет), стадию охоты и захвата (5 – 11 лет), пастушескую стадию (8 – 12 лет), земледельческую стадию (11–15 лет), стадию промышленности и торговли (15–20 лет), соотнося их с животной стадией развития

общества, периодом охоты и рыболовства, временем завершения дикости и начала цивилизации, порой романтизма и т. п.

Ко второй группе (самой многочисленной) Л.С. Выготский отнес периодизации, которые основаны на каком-либо одном (реже нескольких) отдельно взятом признаке развития. Пример периодизации такого типа является собой схема **П.П. Блонского**, построенная с учетом дентиции (появления и смены зубов) и соответственно включающая в себя беззубое детство, молочнозубое детство, период смены зубов, стадии прорезывания премоляров и клыков, постояннозубое детство.

К этой же группе можно отнести и периодизацию психосексуального развития З. Фрейда, предполагающую следующие фазы развития личности: 1) оральная фаза (1-й год жизни): эрогенные зоны – в области рта; формы поведения – захват, удержание, сосание, кусание; 2) анальная фаза (2 – 3-й годы жизни): эрогенные зоны – в области заднего прохода; формы поведения – интерес к функциям отправления; 3) фаллическая фаза (с 3-х до 6-ти лет): эрогенные зоны – в области первичных половых органов; формы поведения – исследование своих гениталий; 4) латентная фаза (с 5–6 лет до 11–12 лет, т. е. стадия полового созревания): эрогенные зоны не выделяются и специфические формы поведения отсутствуют; 5) генитальная фаза (фаза половозрелости): активизируются все эрогенные зоны и формы поведения.

Особое место в периодизациях второй группы занимает периодизация **Ж. Пиаже**, в основе которой лежит развитие интеллектуальных структур. Развитие интеллекта представляется в периодизации фактором достижения равновесия с окружающей средой и описывается посредством четырех стадий: 1) предоперациональной стадии мышления (сенсомоторного интеллекта) с его рефлексам и приспособительными реакциями; 2) стадии предпонятийного и интуитивного мышления (внутренних действий с образами, символами); 3) стадии конкретных операций и 4) стадии формальных операций.

По аналогии со стадиями, выделенными Ж. Пиаже, в основе периодизации **Л. Колберга** лежит становление морали. С этих позиций в периодизации выделяются доморальный уровень (связанный с ориентацией на избегание наказания и получение поощрения), уровень конвенциональной морали (связанный с ориентацией на образец или авторитет) и уровень автономной морали (связанный с ориентацией на общественный договор и общепринятые моральные нормы).

Вариантов периодизации второй группы множество. Все они названы Л.С. Выготским моносимптоматическими, поскольку в основании большинства из них лежит лишь один, хотя и важный, признак развития.

В третью группу Л.С. Выготский включил периодизации, связанные с выделением существенных особенностей самого психического развития. К этой группе можно отнести периодизацию Э. Эриксона, важным достоинством которой является охват всей жизни личности, а не только ранних возрастов. Э. Эриксон выделил 8 фаз развития: 1) первая фаза (младенчество, первый год жизни) характеризуется первичным доверием или недоверием ребенка к окружению; 2) вторая фаза (раннее детство: 2 – 3-й годы жизни) характеризуется автономией или стыдом и сомнением; 3) третья фаза (дошкольный возраст: 4 – 5-й годы жизни) характеризуется инициативой или чувством вины; 4) четвертая фаза (школьный возраст: с 6-ти до 11–12 лет, т. е. до половозрелости) характеризуется чувством ценности и трудолюбия или малоценности; 5) пятая фаза (юношество) характеризуется личностной индивидуальностью, идентичностью или диффузией идентичности; 6) шестая фаза (молодость: 20–30 лет) характеризуется

близостью, интимностью и солидарностью или изоляцией; 7) седьмая фаза (зрелость: 30–40 лет) характеризуется творческим началом, интегративностью или застоєм; 8) восьмая фаза (старший взрослый возраст (плюс старость): от 40 лет и старше) характеризуется целостностью личности или раздвоенностью и отчаянием.

Л.С. Выготский предложил также собственную периодизацию. Он выделил в развитии *стабильные* и *критические* возрасты (периоды). В стабильных периодах происходит медленное и неуклонное накопление мельчайших количественных изменений развития, а в критические периоды эти изменения обнаруживаются в виде скачкообразно возникших необратимых новообразований. По мнению Л.С. Выготского, стабильные и критические периоды в развитии чередуются: 1) кризис новорожденности, 2) стабильный период младенчества, 3) кризис первого года жизни, 4) стабильное раннее детство, 5) кризис трех лет, 6) стабильный дошкольный возраст, 7) кризис семи лет, 8) стабильный младший школьный период, 9) пубертатный кризис, 10) стабильный подростковый возраст, 11) кризис 17 лет, и т. д.

Линию Л.С. Выготского в современной отечественной психологии продолжили А.Н. Леонтьев и Д.Б. Эльконин. Их позиция в вопросе о периодизации может быть выражена в нескольких тезисах:

- 1) несостоятельность многих периодизаций психического развития связана с тем, что за их основания брались хотя и характерные, но внешне отдельные признаки развития, а не внутреннее существо этого процесса, в то время как основания периодизации надо искать только во внутренних противоречиях самого развития;
- 2) периодизацию психического развития необходимо строить с учетом смены одной целостной деятельности другой, личность ребенка изменяется как целое в своем внутреннем строении, и законами изменения этого целого определяется движение каждой его части;
- 3) при рассмотрении источников развития психики каждый период следует связывать с наиболее значимым для него типом целостной деятельности ребенка (ведущей деятельностью);
- 4) целостная деятельность ребенка, специфическая для каждого его возраста, определяет те психические изменения, которые возникают в нем впервые, – *новообразования*. Именно эти новообразования служат основным критерием для деления детского развития на отдельные возрасты; на каждой возрастной ступени всегда есть центральное новообразование, определяющее процесс развития в целом и характеризующее перестройку всей личности ребенка на новой основе.

С точки зрения А.Н. Леонтьева и Д.Б. Эльконина, основой психического развития является смена деятельности, детерминирующая возникновение новообразований; в то же время достигнутые новообразования являются предпосылкой становления нового типа деятельности, переводящего ребенка на новый этап развития.

Новый тип деятельности, который лежит в основе целостного психического развития ребенка в том или ином возрасте, называется ведущим. Ведущая деятельность – это 1) деятельность, в которой возникают и внутри которой дифференцируются другие новые виды деятельности; 2) деятельность, в которой формируются или перестраиваются частные психические процессы (например, в игре – воображение, в учении – логическое мышление); 3) деятельность, от которой зависят наблюдаемые в данный период развития

основные психологические изменения в личности ребенка. Таким образом, ведущая деятельность – это деятельность, развитие которой обуславливает главнейшие изменения в психических процессах и психологические особенности личности на данной стадии ее развития.

В основе периодизации А.Н. Леонтьева лежит собственно тип ведущей деятельности. Соответственно в ней выделяются: 1) младенчество с непосредственно-эмоциональным общением ребенка и взрослого; 2) раннее детство с предметной деятельностью; 3) дошкольное детство с игрой; 4) школьный возраст с учением; 5) подростковый возраст с общественно полезной деятельностью и общением со сверстниками; 6) юношеский возраст с учебно-профессиональной деятельностью.

Д.Б. Эльконин, опираясь на опыт культурно-исторической психологии Л.С. Выготского, предложил рассматривать каждый период развития на основе четырех критериев, в их числе: 1) социальная ситуация развития как система отношений, в которую вступает ребенок, и способ ориентации в этих отношениях; 2) основной (ведущий) тип деятельности; 3) основные новообразования развития; 4) кризис.

Разделяя каждый период на две стадии, Д.Б. Эльконин считал, что на первой стадии осуществляются изменения *мотивационно-потребностной* сферы личности, а на второй происходит освоение *операционально-технической* сферы. Ученым был открыт закон чередования, периодичности разных типов деятельности на каждом этапе: за деятельностью одного типа, ориентирующей субъекта в системе отношений между людьми, в нормах и правилах взаимодействия в социуме, обязательно следует деятельность другого типа, в которой происходит ориентация в способах употребления предметов. Каждый раз между этими двумя типами ориентации всегда возникают противоречия.

Этапы и стадии детского развития по Д.Б. Эльконину:

– этап раннего детства состоит из двух стадий: младенчества с кризисом новорожденности (мотивационно-потребностная сфера личности) и раннего возраста, начало которого знаменует кризис 1-го года жизни (операционально-техническая сфера);

– этап детства начинается кризисом 3-х лет, знаменующим начало дошкольного возраста (мотивационно-потребностная сфера). Вторая стадия открывается кризисом 7-ми лет и переходит в младший школьный возраст (операционально-техническая сфера);

– этап отрочества делится на стадию подросткового возраста (мотивационно-потребностная сфера), началом которого является кризис 11 – 12-ти лет, и стадию ранней юности (операционально-техническая сфера), связанную с кризисом 15-ти лет. По Д.Б. Эльконину, кризисы 3-х и 11 – 12-ти лет – это кризисы отношений, вслед за ними возникают новые ориентации в человеческих отношениях; а кризисы первого года, 7-ми и 15-ти лет – кризисы мировоззрения, меняющие ориентацию в мире вещей.

Отечественная возрастная психология в качестве основной периодизации психического развития ребенка принимает периодизацию Д.Б. Эльконина. Однако данная периодизация ограничивается рассмотрением только ранних возрастов. В связи с этим необходимо подчеркнуть, что одной из наиболее актуальных проблем современной психологии является разработка подробной, научно обоснованной периодизации психического развития взрослого человека.

5.3. Жизненный путь и стратегия жизни человека

Время жизни, или ее протяженность, пространство жизни (англ. life time, life span) обозначает временной интервал между рождением и смертью. Продолжительность времени жизни имеет важные социальные и психологические последствия: от нее во многом зависят, в частности, длительность сосуществования поколений и продолжительность первичной социализации детей. Тем не менее «время жизни» – понятие формальное, обозначающее лишь хронологические рамки индивидуального существования безотносительно к его содержанию.

Понятие жизненного цикла предполагает, что ход жизни подчинен известной закономерности, а его этапы («возрасты жизни», «времена жизни») представляют собой постоянный круговорот.

Наиболее емкий и употребительный современный научный термин для описания индивидуального развития – «жизненный путь». Он характеризует процесс развития человека, в ходе которого осуществляется регуляция жизненного процесса и формирование личности. В последние годы системное изучение жизненного пути и биографический метод заняли важное место в психологии развития. Особенное внимание современная наука уделяет проблеме качественных сдвигов, скачков, кризисов в развитии.

Поскольку критические периоды и социальные переходы обычно сопровождаются какой-то – подчас болезненной – психологической перестройкой, психология развития выработала особое понятие «возрастные кризисы», или «нормативные кризисы развития». Слово «кризис» подчеркивает момент нарушения равновесия, появления новых потребностей, перестройки мотивационной сферы личности, и т. д.

Зная соответствующие биологические и социальные законы, можно достаточно точно указать, в каком возрасте индивид данного общества столкнется с теми или иными проблемами, как эти проблемы связаны друг с другом, от каких сопутствующих факторов зависят глубина и длительность соответствующего нормативного кризиса и каковы типичные варианты его разрешения.

Ни одно психофизиологическое (например, наступление половой зрелости) или социально-психологическое (например, поступление в школу или вступление в брак) событие в жизни человека не может быть понято вне соотнесения его: а) с хронологическим возрастом индивида в момент наступления события; б) с когортной принадлежностью индивида, определяемой датой его рождения; в) с исторической эпохой и календарной датой совершения этого события. Далекое не одно и то же, вступил ли человек в брак в 18 или в 30 лет; соответствовал ли возраст его вступления в брак среднестатистическим нормам для данного поколения или не соответствовал (для этого нужно знать год его рождения), произошло ли это событие во время войны или в мирное время (для этого нужна календарная дата вступления в брак). Хотя время индивидуальной жизни автономно от социальной структуры и истории, значение и смысл составляющих эту жизнь периодов и событий можно понять лишь в связи с ними.

Американские ученые *Л.Р. Шеррод* и *О.Г. Брим* (младший) резюмируют современные представления о жизненном пути человека следующим образом.

1. Развитие является принципиально плюралистическим как в процессе, так и в результате: ни процесс, ни конечный результат развития нельзя считать однопольным или ведущим к одному и тому же конечному состоянию.

2. Развитие происходит от зачатия до смерти, причем пластичность, способность к изменению сохраняется на всем протяжении жизни. Это значит, что развитие человека не ограничивается отдельным периодом его жизни и пережитое в одном периоде не обязательно важнее того, что будет испытано в другие периоды. Различные процессы развития могут начинаться, продолжаться и заканчиваться в разные моменты жизни, и развитие в разных областях не обязательно имеет сходные траектории или даже сходные принципы.

3. Развитие разных людей протекает крайне неодинаково. Межиндивидуальные различия могут включать биосоциальные процессы дифференциации, зависящие от половой, социально-классовой и иной принадлежности. Это значит, что межиндивидуальная изменчивость (вариабельность) может отражать изменчивость процесса развития.

4. Развитие в разных областях жизнедеятельности детерминировано множественными факторами, которые также могут быть взаимосвязаны: оно не сводится к одной-единственной системе влияний, например биологии (развитие не является простым процессом созревания, разворачивания чего-то заранее данного) или среды (развитие не является простым процессом воспитания и научения).

Структурным воплощением жизненного процесса и жизненной перспективы является жизненный план, который представляет собой стратегию жизни. Совокупность жизненных тактик образует жизненный сценарий. Существуют, по крайней мере, два подхода к объяснению процесса структурирования жизненного пути с помощью его планирования и сценарного воплощения.

Согласно первому подходу, представленному работами отечественных авторов (С.Л. Рубинштейна, Б.Г. Ананьева и др.), личность осознанно выбирает и регулирует процесс жизни. При этом важную роль в формировании представлений ребенка о целях и структуре жизненного пути играют родители. В конечном счете, по выражению С.Л. Рубинштейна, «человек сам определяет свое отношение к жизни, гармонично или дисгармонично связывая между собой трагедию, драму и комедию». Ученый полагает, что только определенные соотношения этих мировоззренческих чувств этически оправданы, приемлемы, закономерны как выражение отношения человека к типичным ситуациям жизни.

Сторонники второго подхода (А. Адлер, К. Роджерс, Э. Берн и др.) настаивают на преимущественно бессознательном выборе жизненного плана и жизненного сценария, который осуществляется на ранних стадиях развития ребенка. Согласно их концепциям, жизненный план рассматривается как прогнозирование собственной жизни и ее реализация в представлениях и чувствах, а сценарий жизни – как постепенно разворачивающийся жизненный план, ограничивающий и структурирующий жизненное пространство личности. В качестве факторов, влияющих на выбор жизненного сценария, называются порядок рождения ребенка в семье, влияние родителей, дедушек и бабушек (их действий, оценок, эмоциональной поддержки, или депривации, и др.), принятие ребенком своего имени и фамилии, случайные экстремальные события и др.

Вопросы для самопроверки

1. Что такое онтогенез?

2. В чем состоит проблема движущих сил психического развития? Какие подходы к решению этой проблемы существовали в истории науки?

3. Как решается вопрос о детерминации психического развития в рамках культурно-исторической теории Л.С. Выготского?
4. Какие периодизации психического развития вы знаете?
5. Что представляет собой жизненный путь личности? Какие подходы к его изучению вы знаете?

Литература

Основная

1. *Обухова Л.Ф.* Детская психология: теории, факты, проблемы. М., 1995. Гл. II, VI, VII.
2. *Сапогова Е.Е.* Психология развития человека: Учебное пособие. М., 2001. Гл. 3, 4, 7, 11.

Дополнительная

1. *Крайг Г.* Психология развития. СПб., 2000.
2. *Асмолов А.Г.* Психология личности: Принципы общепсихологического анализа. М., 2001.
3. *Баттерворт Дж., Харрис М.* Принципы психологии развития: Пер. с англ. М., 2000.
4. *Леонтьев А.Н.* Проблемы развития психики. М., 1981.

Тема 6. Познавательные процессы. Ощущения и восприятие

6.1. Ощущения и их анатомо-физиологические механизмы

Жизнедеятельность человека предполагает активное исследование объективных закономерностей окружающей действительности. Познание мира, построение образа этого мира необходимы для полноценной ориентации в нем, для достижения человеком собственных целей. Знание окружающего мира входит во все сферы деятельности человека и основные формы его активности.

В познании принято выделять два уровня: *чувственный* и *рациональный*. К первому уровню относится познание с помощью органов чувств. В процессе чувственного познания у человека складывается образ, картина окружающего мира в его непосредственной данности и многообразии. Чувственное познание представлено *ощущениями* и *восприятием*. В рациональном познании человек выходит за пределы чувственного восприятия, вскрывает существенные свойства, связи и отношения между предметами окружающего мира. Рациональное познание окружающего мира осуществляется благодаря мышлению, памяти и воображению.

Ощущение – это процесс первичной обработки информации, который представляет собой отражение отдельных свойств предметов и явлений, возникающее при их непосредственном воздействии на органы чувств, а также отражение внутренних свойств

организма. Ощущение выполняет функцию ориентации субъекта в отдельных, самых элементарных свойствах объективного мира.

Ощущения являются наиболее простой формой психической деятельности. Они возникают как рефлекторная реакция нервной системы на тот или иной раздражитель. Физиологической основой ощущения является нервный процесс, возникающий при действии раздражителя на адекватный ему анализатор.

Анализатор состоит из трех частей: 1) периферического отдела (рецептора), трансформирующего внешнюю энергию в нервный процесс; 2) проводящих нервных путей, соединяющих периферические отделы анализатора с его центром: афферентных (направленных к центру) и эфферентных (идуших к периферии); 3) подкорковых и корковых отделов анализатора, где происходит переработка нервных импульсов, приходящих из периферических отделов.

Клеткам периферических отделов анализатора соответствуют определенные участки корковых клеток. Многочисленные эксперименты позволяют четко установить локализацию в коре тех или иных видов чувствительности. Зрительный анализатор представлен главным образом в затылочных зонах коры, слуховой – в височных зонах, осязательно-двигательная чувствительность локализована в задней центральной извилине, и т. д.

Для возникновения ощущения необходима работа всего анализатора. Воздействие раздражителя на рецептор вызывает появление раздражения. Начало этого раздражения выражается в превращении внешней энергии в нервный процесс, который производится рецептором. От рецептора этот процесс по афферентным путям достигает коркового отдела анализатора, вследствие чего возникает ответ организма на раздражение – человек ощущает свет, звук или другие качества раздражителя. Вместе с тем воздействия внешней или внутренней среды на периферическую часть анализатора вызывают ответную реакцию, которая передается по эфферентным путям и приводит к тому, что зрачок расширяется или сужается, взгляд направляется на предмет, рука отдергивается от горячего и т. д. Весь описанный путь называется *рефлекторным кольцом*. Взаимосвязь элементов рефлекторного кольца создает основу ориентировки сложного организма в окружающем мире, обеспечивает деятельность организма в разных условиях его существования.

6.2. Виды и свойства ощущений

Со времен Аристотеля в сфере внимания многих поколений ученых находились только пять чувств: *зрение, слух, осязание, обоняние и вкус*. В XIX в. знания о составе ощущений резко расширились. Это произошло в результате описания и изучения их новых видов – *вестибулярных, вибрационных мышечно-суставных, или кинестетических*, и т. д., – а также вследствие уточнения состава некоторых сложных видов ощущений (например, научного осознания того факта, что осязание – это сочетание *тактильных, температурных, болевых* ощущений и *кинестезии*, а в тактильных ощущениях в свою очередь можно выделить ощущения *прикосновения и давления*). Увеличение количества видов ощущений вызвало необходимость в их классификации.

Известны несколько попыток классифицировать ощущения по разным основаниям и принципам. Наиболее удачной и продуманной считается классификация, предложенная английским физиологом *Ч. Шеррингтоном*. Основанием для этой классификации стали

характер отражений и место расположения рецепторов. Ч. Шеррингтон выделил три вида рецептивных полей интероцептивные, проприоцептивные и экстероцептивные.

Интероцептивные рецепторы расположены во внутренних органах и тканях тела и отражают состояние внутренних органов. Это наиболее древние и наиболее элементарные ощущения, однако они очень важны как сигналы о состоянии нашего организма.

Проприоцепторы находятся в мышцах, связках и сухожилиях. Они поставляют информацию о движениях и положении нашего тела в пространстве и отдельных частей тела относительно друг друга. Эти ощущения играют важнейшую роль в регуляции движения.

Экстероцептивное рецептивное поле совпадает с наружной поверхностью организма и полностью открыто для внешних воздействий. Экстероцепторы представляют собой самую большую группу ощущений. Ч. Шеррингтон разделил их на *контактные* и *дистантные*. Контактные рецепторы (осязание, включая тактильные, температурные и болевые ощущения, а также вкусовые рецепторы) передают раздражение при непосредственном контакте с воздействующими на них объектами. Дистантные ощущения (обоняние, слух, зрение) возникают, когда раздражитель действует с некоторой дистанции. В процессе эволюции именно дистантные экстероцептивные ощущения начинают играть все большую роль в познании окружающего мира и в организации поведения, поскольку они обеспечивают важное преимущество, позволяя заблаговременно получать нужную информацию об изменениях в среде и реагировать на них.

С точки зрения современной науки, предложенное Ч. Шеррингтоном деление ощущений на внешние (экстероцепторы) и внутренние (интероцепторы) недостаточно. Некоторые виды ощущений – например, температурные и болевые, вкусовые и вибрационные, мышечно-суставные и статико-динамические рецепторы – можно считать *внешне-внутренними*.

Ощущения – это форма отражения адекватных раздражителей. Так, например, зрительные ощущения возникают при воздействии электромагнитных волн длиной в диапазоне от 380 до 780 миллимикрон, слуховые ощущения – при воздействии механических колебаний частотой от 16 до 20 000 гц, громкостью от 16–18 до 120 децибел, тактильные ощущения вызываются действием механических раздражителей на поверхность кожи, вибрационные порождаются вибрацией предметов. Свои специфические раздражители имеют и другие ощущения (температурные, обонятельные, вкусовые). Тесно связана с адекватностью раздражителю ограниченность ощущений, обусловленная особенностями строения органов чувств. Человеческое ухо не улавливает ультразвук, хотя некоторые животные, например дельфины, обладают такой способностью. Глаза человека чувствительны лишь к небольшому участку спектра. Значительная часть физических воздействий, не имеющих жизненного значения, нами не воспринимается. Для восприятия радиации и некоторых других воздействий, встречающихся на Земле в чистом виде и в количествах, угрожающих жизни человека, у нас просто нет органов чувств.

К общим свойствам ощущений относят их качества, интенсивность, длительность и пространственную локализацию.

Качества – это специфические особенности данного ощущения, отличающие его от других видов. Например, слуховые ощущения отличаются по тембру, высоте, громкости; зрительные – по насыщенности и цветовому тону; вкусовые – по модальности (вкус может быть сладким, соленым, кислым и горьким).

Интенсивность ощущения является его количественной характеристикой и определяется силой действующего раздражителя и функциональным состоянием рецепторов.

Длительность ощущения – это его временная характеристика. Она во многом определяется функциональным состоянием органов чувств, но главным образом – временем действия раздражителя и его интенсивностью. Необходимо иметь в виду, что при воздействии раздражителя на орган чувств ощущение возникает не сразу, а спустя некоторое время, которое называется *латентным периодом*. Латентный период для различных видов ощущений неодинаков: для тактильных ощущений, например, он составляет 130 миллисекунд, для болевых – 370 миллисекунд, вкусовые ощущения возникают спустя 50 миллисекунд после нанесения на поверхность языка химического раздражителя. Подобно тому как ощущение не возникает одновременно с началом действия раздражителя, оно не исчезает с прекращением последнего. Эта инерция ощущений проявляется в так называемом последствии.

Пространственная локализация раздражителя также определяет характер ощущений. Пространственный анализ, осуществляемый дистантными рецепторами, дает сведения о локализации раздражителя в пространстве. Контактные ощущения соотносятся с той частью тела, на которую воздействует раздражитель. При этом локализация болевых ощущений бывает более «разлитой», менее точной, чем тактильных.

6.3. Чувствительность и ее изменения

Различные органы чувств, дающие нам сведения о состоянии окружающего мира, могут быть более или менее чувствительны к отображаемым ими явлениям, т. е. могут отражать эти явления с большей или меньшей точностью. Чувствительность органов чувств определяется минимальным раздражителем, который в данных условиях оказывается способным вызвать ощущение.

Минимальная сила раздражителя, вызывающая едва заметное ощущение, называется *нижним абсолютным порогом чувствительности*. Раздражители меньшей силы, так называемые подпороговые, не вызывают ощущений. Нижний порог ощущений определяет уровень *абсолютной чувствительности* данного анализатора. Между абсолютной чувствительностью и величиной порога существует обратная зависимость: чем меньше величина порога, тем выше чувствительность данного анализатора. Это отношение можно выразить формулой $E = 1/P$, где E – чувствительность, P – пороговая величина.

Анализаторы обладают различной чувствительностью. У человека очень высокую чувствительность имеют зрительный и слуховой анализаторы. Как показали опыты *С.И. Вавилова*, человеческий глаз способен видеть свет при попадании на его сетчатку всего 2–8 квантов лучистой энергии. Это позволяет видеть темной ночью горящую свечу на расстоянии до 27 км.

Слуховые клетки внутреннего уха обнаруживают движения, амплитуда которых составляет менее 1 % диаметра молекулы водорода. Благодаря этому мы слышим тиканье часов в полной тишине на расстоянии до 6 м. Порог одной обонятельной клетки человека для соответствующих пахучих веществ не превышает 8 молекул. Этого достаточно, чтобы ощутить запах при наличии одной капли духов в помещении из 6 комнат. Чтобы вызвать вкусовое ощущение, требуется по крайней мере в 25 000 раз больше молекул, чем для создания обонятельного ощущения. В этом случае чувствуется присутствие сахара в растворе одной его чайной ложки на 8 л воды.

Абсолютная чувствительность анализатора ограничивается не только нижним, но и *верхним порогом чувствительности*, т. е. максимальной силой раздражителя, при которой еще возникает адекватное действующему раздражителю ощущение. Дальнейшее увеличение силы раздражителей, действующих на рецепторы, вызывает в них лишь болевые ощущения (такое влияние оказывают, например, сверхгромкий звук и слепящая яркость).

Величина абсолютных порогов зависит от характера деятельности, возраста, функционального состояния организма, силы и длительности раздражения.

Кроме величины абсолютного порога ощущения характеризуются показателем относительного, или дифференциального, порога. Минимальное различие между двумя раздражителями, вызывающее едва заметную разницу в ощущениях, называется *порогом различения, разностным или дифференциальным порогом*. Немецкий физиолог Э. Вебер, проверяя способность человека определять более тяжелый из двух предметов в правой и левой руке, установил, что дифференциальная чувствительность относительна, а не абсолютна. Это значит, что отношение едва заметного различия к величине исходного стимула – величина постоянная. Чем больше интенсивность исходного стимула, тем больше нужно увеличить его, чтобы заметить разницу, т. е. тем больше величина едва заметного различия.

Дифференциальный порог ощущений для одного и того же органа представляет собой постоянную величину и выражается следующей формулой: $dJ/J = C$, где J – исходная величина раздражителя, dJ – его прирост, вызывающий едва заметное ощущение изменения величины раздражителя, а C – константа. Величина дифференциального порога для разных модальностей неодинакова: для зрения она составляет примерно 1/100, для слуха – 1/10, для тактильных ощущений – 1/30. Закон, воплощенный в приведенной формуле, называется законом Бугера – Вебера. Необходимо подчеркнуть, что он справедлив только для средних диапазонов.

Основываясь на экспериментальных данных Вебера, немецкий физик Г. Фехнер выразил зависимость интенсивности ощущений от силы раздражителя следующей формулой: $E = k \cdot \log J + C$, где E – величина ощущений, J – сила раздражителя, k и C – константы. Согласно закону Вебера – Фехнера, величина ощущений прямо пропорциональна логарифму интенсивности раздражителя. Иначе говоря, ощущение изменяется гораздо медленнее, чем растет сила раздражения. Возрастающую силу раздражения в геометрической прогрессии соответствует рост ощущения в арифметической прогрессии.

Чувствительность анализаторов, определяемая величиной абсолютных порогов, изменяется под влиянием физиологических и психологических условий. Изменение чувствительности органов чувств под влиянием действия раздражителя называется *сенсорной адаптацией*. Выделяются три вида этого явления.

1. Адаптация как *полное исчезновение ощущения* в процессе продолжительного действия раздражителя. Обычным фактом является отчетливое исчезновение обонятельных ощущений вскоре после того, как мы попадаем в помещение с неприятным запахом. Однако полной зрительной адаптации вплоть до исчезновения ощущений при действии постоянного и неподвижного раздражителя не происходит. Это объясняется компенсацией неподвижности раздражителя за счет движения самих глаз. Постоянные произвольные и произвольные движения рецепторного аппарата обеспечивают непрерывность и изменчивость ощущений. Эксперименты, в которых искусственно создавались условия стабилизации изображения относительно сетчатки глаза

(изображение помещалось на специальную присоску и двигалось вместе с глазом), показали, что зрительное ощущение исчезало через 2–3 с.

2. *Негативная адаптация* – притупление ощущений под влиянием действия сильного раздражителя. Например, когда из полутемной комнаты мы попадаем в ярко освещенное пространство, то сначала мы бываем ослеплены и не способны различать вокруг какие-либо детали. Через некоторое время чувствительность зрительного анализатора резко снижается и мы начинаем видеть. Другой вариант негативной адаптации наблюдается при погружении руки в холодную воду: в первые мгновения действует сильный холодный раздражитель, а затем интенсивность ощущений снижается.

3. *Позитивная адаптация* – повышение чувствительности под влиянием действия слабого раздражителя. В зрительном анализаторе это темновая адаптация, когда чувствительность глаз увеличивается под влиянием пребывания в темноте. Аналогичной формой слуховой адаптации является адаптация к тишине.

Адаптация имеет огромное биологическое значение: она позволяет улавливать слабые раздражители и предохранять органы чувств от чрезмерного раздражения в случае воздействия сильных.

Интенсивность ощущений зависит не только от силы раздражителя и уровня адаптации рецептора, но и от раздражений, воздействующих в данный момент на другие органы чувств. Изменение чувствительности анализатора под влиянием других органов чувств называется *взаимодействием ощущений*. Оно может выражаться как в повышении, так и в понижении чувствительности. Общая закономерность состоит в том, что слабые раздражители, воздействующие на один анализатор, повышают чувствительность другого и, наоборот, сильные раздражители понижают чувствительность других анализаторов при их взаимодействии. Например, сопровождая чтение книги тихой, спокойной музыкой, мы повышаем чувствительность и восприимчивость зрительного анализатора; слишком громкая музыка, напротив, способствует их понижению.

Повышение чувствительности в результате взаимодействия анализаторов и упражнений называется *сенсбилизацией*. Возможности тренировки органов чувств и их совершенствования очень велики. Можно выделить две сферы, определяющие повышение чувствительности органов чувств:

1) сенсбилизацию, к которой стихийно приводит необходимость компенсации сенсорных дефектов: слепоты, глухоты. Например, у некоторых людей, лишенных слуха, настолько сильно развивается вибрационная чувствительность, что они даже могут слушать музыку;

2) сенсбилизацию, вызванную деятельностью, специфическими требованиями профессии. Например, высокой степени совершенства достигают обонятельные и вкусовые ощущения у дегустаторов чая, сыра, вина, табака и т. д.

Таким образом, ощущения развиваются под влиянием условий жизни и требований практической трудовой деятельности.

6.4. Свойства и виды восприятия

Психические процессы основываются на восприятии. *Восприятие (перцепция)* – это отражение в сознании человека предметов, явлений, целостных ситуаций объективного мира при их непосредственном воздействии на органы чувств. В отличие от ощущений в

процессах восприятия (ситуации, человека) формируется **целостный** образ предмета, который называется **перцептивным образом**. Образ восприятия не сводится к простой сумме ощущений, хотя и включает их в свой состав.

Основными свойствами восприятия как перцептивной деятельности являются его предметность, целостность, структурность, константность, избирательность и осмысленность.

Предметность восприятия проявляется в отнесенности образов восприятия к определенным предметам или явлениям объективной действительности. Предметность как качество восприятия играет важную роль в регуляции поведения. Мы определяем предметы не по их виду, а в соответствии с тем, как мы используем их на практике.

Целостность восприятия заключается в том, что образы восприятия представляют собой целостные, законченные, предметно оформленные структуры.

Благодаря *структурности* восприятия предметы и явления окружающего мира предстают перед нами в совокупности их устойчивых связей и отношений. Например, определенная мелодия, воспроизведенная на разных инструментах и в разной тональности, воспринимается субъектом как одна и та же, выделяется им в качестве целостной структуры.

Константность – обеспечивает относительное постоянство восприятия формы, величины и цвета предмета независимо от изменения его условий. Например, изображение предмета (в том числе и на сетчатке) увеличивается, когда расстояние до него сокращается, и наоборот. Однако воспринимаемая величина объекта остается неизменной.

Люди, постоянно живущие в густом лесу, отличаются тем, что они никогда не видели предметов на большом расстоянии. Когда этим людям показали объекты, находящиеся на большом расстоянии от них, они восприняли эти объекты не как удаленные, а как маленькие. Подобные нарушения наблюдались у жителей равнин, когда они смотрели вниз с высоты многоэтажного здания: все объекты казались им маленькими, или игрушечными. В то же время строители-высотники видят объекты, находящиеся внизу, без искажения размеров.

Эти примеры убедительно доказывают, что константность восприятия не врожденное, а приобретенное свойство. Действительным источником константности восприятия являются активные действия перцептивной системы. Из разнообразного и изменчивого потока движений рецепторных аппаратов и ответных ощущений субъект выделяет относительно постоянную, инвариантную структуру воспринимаемого объекта. Многократное восприятие одних и тех же объектов при разных условиях обеспечивает устойчивость перцептивного образа относительно этих изменчивых условий. Константность восприятия обеспечивает относительную стабильность окружающего мира, отражая единство предмета и условий его существования.

Избирательность восприятия заключается в преимущественном выделении одних объектов по сравнению с другими, обусловленном особенностями субъекта восприятия: его опытом, потребностями, мотивами и т. д. В каждый конкретный момент человек выделяет лишь некоторые объекты из бесчисленного количества окружающих его предметов и явлений.

Осмысленность восприятия указывает на его связь с мышлением, с пониманием сущности предметов. Несмотря на то что восприятие возникает вследствие непосредственного воздействия объекта на органы чувств, перцептивные образы всегда имеют определенное смысловое значение. Сознательно воспринять предмет – это значит мысленно назвать его, т. е. отнести к определенной категории, обобщить его в слове. Даже при виде незнакомого предмета мы пытаемся уловить в нем сходство со знакомыми объектами, отнести его к некоторой категории.

Восприятие зависит не только от раздражения, но и от самого воспринимающего субъекта. Зависимость восприятия от содержания психической жизни человека, от особенностей его личности носит название *апперцепции*. Восприятие – активный процесс, использующий информацию, чтобы выдвигать и проверять гипотезы. Характер гипотез определяется содержанием прошлого опыта личности. Чем богаче опыт человека, чем больше у него знаний, тем ярче и насыщеннее его восприятие, тем больше он видит и слышит.

Содержание восприятия определяется также поставленной задачей и мотивами деятельности. Например, слушая в исполнении оркестра музыкальное произведение, мы воспринимаем музыку в целом, не выделяя звучание отдельных инструментов. Только поставив цель выделить звук какого-либо инструмента, это удастся сделать. Существенным фактом, влияющим на содержание восприятия, является установка субъекта, т. е. готовность воспринять что-то определенным образом. Кроме того, на процесс и содержание восприятия оказывают воздействие эмоции.

Все сказанное о влиянии на восприятие личностных факторов (прошлого опыта, мотивов, целей и задач деятельности, установок, эмоциональных состояний) свидетельствует о том, что восприятие – это активный процесс, который зависит не только от свойств и характера раздражителя, но в большой степени и от особенностей субъекта восприятия, т. е. воспринимающего человека.

В зависимости от того, какой анализатор является ведущим, выделяют зрительное, слуховое, осязательное, вкусовое и обонятельное восприятие. Восприятие окружающего мира, как правило, комплексно: оно представляет собой результат совместной деятельности различных органов чувств. В зависимости от объекта восприятия различают восприятие пространства, движения и времени.

Восприятие пространства является важным фактором взаимодействия человека с окружающей средой, необходимым условием ориентировки в ней. Восприятие пространства включает в себя восприятие формы, величины и взаимного расположения объектов, их рельефа, удаленности и направления, в котором они находятся. Взаимодействие человека со средой включает и само тело человека, занимающее определенное место в пространстве и обладающее определенными пространственными признаками: величиной, формой, тремя измерениями, направлением движения в пространстве.

Определение формы, величины, местоположения и перемещения предметов в пространстве относительно друг друга и одновременный анализ положения собственного тела относительно окружающих предметов совершаются в процессе двигательной деятельности организма и составляют особое высшее проявление аналитико-синтетической деятельности, называемое пространственным анализом. Установлено, что в основе различных форм пространственного анализа лежит деятельность комплекса анализаторов.

К специальным механизмам пространственной ориентировки следует отнести нервные связи между полушариями головного мозга в аналитической деятельности: бинокулярное зрение, бинауральный слух и т. д. Важную роль в отражении пространственных свойств предметов играет функциональная асимметрия, которая характерна для парных анализаторов. Функциональная асимметрия состоит в том, что одна из сторон анализатора является в определенной степени ведущей, доминирующей. Отношения между сторонами анализатора в смысле доминирования динамичны и неоднозначны.

Движение предмета мы воспринимаем в основном благодаря тому, что, перемещаясь на каком-то фоне, он вызывает последовательное возбуждение разных клеток сетчатки. Если фон однороден, наше восприятие ограничено скоростью движения предмета: человеческий глаз фактически не может наблюдать за перемещением светового луча при скорости меньше $1/3^\circ$ в с. Поэтому невозможно непосредственно воспринимать движение минутной стрелки на часах, передвигающейся со скоростью $1/10^\circ$ в с.

Даже при отсутствии фона, например в темной комнате, можно следить за движением световой точки. Очевидно, мозг истолковывает движения глаз как показатель движения предмета. Однако чаще всего фон имеется и он, как правило, бывает неоднородным. Поэтому при восприятии движения мы можем дополнительно использовать показатели, связанные с самим фоном, – элементы, перед которыми или позади которых перемещается наблюдаемый предмет.

Время – это человеческая конструкция, позволяющая размечать и распределять свою деятельность. *Восприятие времени* – отражение объективной длительности, скорости и последовательности явлений действительности. Чувство времени не является врожденным, оно развивается в процессе накопления опыта. Восприятие времени зависит от внешних и внутренних факторов. Так же как и у других форм восприятия, у него существуют ограничения. В реальной деятельности человек может надежно воспринимать только очень короткие отрезки времени.

Оценку протекающего времени могут изменять различные факторы. Некоторые физиологические изменения, например повышение температуры тела, способствуют переоценке времени, в то время другие изменения, такие как понижение температуры, наоборот, содействуют его недооценке. То же происходит под влиянием мотивации или интереса, под воздействием различных наркотиков. Успокаивающие лекарства и галлюциногены обуславливают недооценку временных отрезков, а возбуждающие влекут за собой переоценку времени.

Восприятие часто классифицируют по степени направленности и сосредоточенности сознания на определенном объекте. В этом случае можно выделить *преднамеренное* (произвольное) и *непреднамеренное* (непроизвольное) восприятие. Преднамеренное восприятие по своей сути является наблюдением. Успех наблюдения в значительной мере зависит от предварительных знаний о наблюдаемом объекте. Целенаправленное формирование навыка наблюдения – неременное условие профессиональной подготовки многих специалистов, оно же формирует важное качество личности – наблюдательность.

6.5. Феномены восприятия

Феномены восприятия как факторы его организации по определенным принципам лучше всего были описаны и проанализированы школой гештальтпсихологии. Самый важный из этих принципов состоит в том, что все, что человек воспринимает, он воспринимает как фигуру на фоне. *Фигура* – это то, что ясно и отчетливо осознается, имеет четкие границы

и хорошо структурировано. *Фон* же представляет собой нечто неотчетливое, аморфное и неструктурированное. Например, свое имя мы услышим даже в шумной компании – оно обычно сразу выделяется как фигура на звуковом фоне. Однако вся картина восприятия перестраивается, как только другой элемент фона становится значимым. Тогда то, что до этого виделось как фигура, теряет свою ясность и смешивается с общим фоном.

Основатель гештальтпсихологии М. Вертгеймер определил факторы, обеспечивающие визуальную группировку элементов и выделение фигуры из фона:

- 1) фактор сходства. В фигуру объединяются элементы, сходные по форме, цвету, величине, цвету, текстуре и т. д.;
- 2) фактор близости. В фигуру объединяются близко расположенные элементы;
- 3) фактор «общей судьбы». Элементы могут объединяться общим характером наблюдаемых в них изменений. Например, если воспринимаемые элементы смещаются или движутся относительно других в одном и том же направлении и с одинаковой скоростью, то они объединяются в фигуру;
- 4) фактор «вхождения без остатка». Несколько элементов легко объединяются в фигуру тогда, когда не остается ни одного отдельно стоящего элемента;
- 5) фактор «хорошей линии». Из двух пересекающихся или касающихся линий фигурой становится линия с наименьшей кривизной;
- 6) фактор замкнутости. Замкнутые фигуры воспринимаются лучше.

Важным феноменом человеческого восприятия можно считать его иллюзии. *Иллюзии восприятия* (от лат. *illudere* – обманывать) определяются как искажение восприятия реальных предметов. Наибольшее их число наблюдается в области зрения. Особенно многочисленны зрительные иллюзии, возникающие при отражении некоторых пространственных свойств предметов (длин отрезков, величин предметов и углов, расстояний между предметами, форм) и движения. Можно назвать следующие их виды:

- 1) иллюзии, связанные со строением глаза. Примером служат иллюзии, являющиеся результатом эффекта иррадиации возбуждения в сетчатке и выражающиеся в том, что светлые предметы кажутся нам большими по сравнению с равными им темными (так, белый квадрат на черном фоне кажется больше одинакового с ним черного квадрата на светлом фоне);
- 2) переоценка длины вертикальных линий по сравнению с горизонтальными при их действительном равенстве;
- 3) иллюзии, обусловленные контрастом. Воспринимаемая величина фигур оказывается зависимой от окружения, в котором они даны. Один и тот же кружок кажется большим среди маленьких и меньшим среди больших кружков (иллюзия Эббингауза);
- 4) перенесение свойств целой фигуры на ее отдельные части. Мы воспринимаем видимую фигуру, каждую отдельную ее часть не изолированно, а всегда в известном целом. В иллюзии Мюллера-Лайера прямые линии, заканчивающиеся различно направленными углами, кажутся неодинаковыми по длине;

5) иллюзия железнодорожных путей. Если смотреть вдаль, то складывается впечатление, что параллельные рельсы у горизонта пересекаются.

Причины зрительных иллюзий многообразны и недостаточно ясны. Одни теории объясняют их действием периферических факторов (иррадиацией, аккомодацией, движениями глаз и т. д.), другие – влиянием некоторых центральных факторов. Зрительные иллюзии могут быть обусловлены воздействием особых условий наблюдения (например, в случае наблюдения одним глазом или при неподвижных осях глаз), оптикой глаза, сложившимися в прошлом опыте временными связями и т. д. Иллюзии зрительного восприятия широко используются в живописи и архитектуре.

Иллюзии можно наблюдать не только в области зрения, но и в других областях восприятия. Так, хорошо известна иллюзия тяжести А. Шарпантье: если поднимать два предмета, одинаковых по весу и внешнему виду, но различных по размеру, то меньший воспринимается как более тяжелый, и наоборот. В области осязания известна иллюзия Аристотеля: если скрестить указательный и средний пальцы и одновременно покатать ими шарик или горошину, то будет восприниматься не один шарик, а два.

Зрительные иллюзии обнаружены и у животных. Именно на их основе формируются различные способы маскировки и мимикрии. Эти явления убеждают, что существуют какие-то общие факторы, вызывающие возникновение иллюзий, и для многих из них до сих пор нет убедительного толкования.

Вопросы для самопроверки

1. Каковы анатомо-физиологические механизмы ощущений?
2. Что такое чувствительность и пороги чувствительности?
3. Каковы основные свойства ощущений и восприятия?
4. Какие существуют виды восприятия?
5. Что такое иллюзии восприятия?

Литература

Основная

1. Введение в психологию / Под ред. А.В. Петровского. М., 1995. Гл. 4 и 5.
2. Годфруа Ж. Что такое психология. В 2 т. Т. 1. М., 1992. Гл. 5.
3. Нуркова В.В., Березанская Н.Б. Психология: Учебник. М., 2004. Гл. 7.

Дополнительная

1. Солсо Р.Л. Когнитивная психология. М., 1996.

Тема 7. Познавательные процессы. Внимание и память

7.1. Проблема внимания в психологии

Никакой другой психический процесс не упоминается так часто в повседневной жизни и вместе с тем с таким трудом не находит себе места в научных концепциях, как внимание. В житейской психологии вниманием часто объясняются успехи в учебе и работе, а невниманием – ошибки, промахи и неудачи. Однако в психологической науке проблема внимания стоит несколько особняком, и у исследователей возникают значительные трудности в трактовке этого понятия и тех феноменов, которые за ним стоят.

Такое положение обусловлено двумя крайне важными фактами. Во-первых, многими авторами подчеркивается «несамостоятельность» внимания как психического процесса. И для самого субъекта, и для стороннего наблюдателя оно открывается как направленность, настроенность и сосредоточенность любой психической деятельности, следовательно, только как сторона или свойство этой деятельности. Во-вторых, внимание не имеет своего отдельного, специфического продукта. Его результатом является улучшение всякой деятельности, к которой оно присоединяется. Между тем именно наличие характерного продукта служит главным доказательством соответствующей функции. В связи с этим в некоторых теоретических подходах отрицается специфика внимания и единая сущность его проявлений – внимание рассматривается как побочный продукт или характеристика других процессов.

Человек перерабатывает не всю информацию, поступающую из внешнего мира, и реагирует не на все воздействия. Среди многообразия стимулов им отбираются лишь те, которые связаны с его потребностями и интересами, ожиданиями и отношениями, целями и задачами – так, например, громкие звуки и яркие вспышки привлекают внимание не из-за их повышенной интенсивности, но потому, что такая реакция отвечает потребности живого существа в безопасности. В связи с тем, что внимание сосредоточивается лишь на определенных объектах и лишь на выполнении определенных задач, место внимания в той или иной психологической концепции зависит от того, какое значение придается активности субъекта психической деятельности.

В психологии принято выделять следующие критерии внимания:

- 1) внешние реакции – моторные и вегетативные реакции, обеспечивающие условия для лучшего восприятия сигнала. К ним относятся поворот головы, фиксация глаз, мимика и поза сосредоточения, задержка дыхания, вегетативные компоненты;
- 2) сосредоточенность на выполнении определенной деятельности – состояние поглощенности субъекта предметом деятельности, отвлечения от побочных, не относящихся к нему условий и объектов;
- 3) увеличение продуктивности когнитивной и исполнительной деятельности;
- 4) избирательность (селективность) информации. Этот критерий выражается в возможности активно воспринимать, запоминать, анализировать только часть поступающей информации, а также в реагировании на ограниченный круг внешних стимулов;
- 5) ясность и отчетливость содержания сознания, находящегося в поле внимания.

Исторически внимание принято определять как направленность сознания и его сосредоточенность на определенных объектах. Однако если попытаться обобщить всю феноменологию внимания, то можно прийти к следующему определению: **внимание** – это

осуществление отбора нужной информации, обеспечение избирательных программ действий и сохранение постоянного контроля за их протеканием.

Представители нейрофизиологического направления исследований традиционно связывают внимание с понятиями доминанты, активации и ориентировочной реакции.

Понятие «*доминанта*» было введено русским физиологом *А.А. Ухтомским*. Согласно его представлениям, возбуждение распределяется по нервной системе неравномерно. Каждая деятельность может создавать в нервной системе очаги оптимального возбуждения, которые приобретают доминирующий характер. Они не только господствуют и тормозят другие очаги нервного возбуждения, но даже усиливаются под влиянием действия посторонних возбуждений. Именно эта характеристика доминанты позволила Ухтомскому расценить ее как физиологический механизм внимания.

Избирательный характер протекания психических процессов возможен лишь в состоянии бодрствования, которое обеспечивает особая структура мозга – ретикулярная формация. Избирательная *активация* обеспечивается нисходящими влияниями ретикулярной формации, волокна которой начинаются в коре головного мозга и направляются к двигательным ядрам спинного мозга. Отделение ретикулярной формации от коры головного мозга приводит к снижению тонуса и вызывает сон. Нарушения функционирования ретикулярной формации приводят к нарушениям внимания.

Понятие «*ориентировочный рефлекс*» введено И.П. Павловым и связано с активной реакцией животного на каждое изменение обстановки, проявляемой через общее оживление и ряд избирательных реакций. И.П. Павлов образно называл эту реакцию рефлексом «что такое?». Ориентировочные реакции имеют ясный биологический смысл и выражаются в ряде отчетливых электрофизиологических, сосудистых и двигательных реакций, к числу которых принадлежат поворот глаз и головы в сторону нового объекта, изменение кожно-гальванической и сосудистых реакций, изменение дыхания, возникновение явлений десинхронизации в биоэлектрической активности мозга. При неоднократном повторении одного и того же раздражителя ориентировочная реакция угасает. Организм привыкает к этому раздражителю. Такое привыкание является очень важным механизмом в развитии познавательной активности ребенка. При этом достаточно лишь незначительного изменения стимула, чтобы ориентировочная реакция появилась снова.

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

С.Л. Рубинштейн, развивая свою концепцию психической деятельности, полагал, что внимание не имеет собственного содержания. По мнению этого ученого, во внимании

проявляется отношение личности к миру, субъекта к субъекту, сознания к предмету. Он писал, что «за вниманием всегда стоят интересы и потребности, установки и направленность личности».

Взгляды, близкие к этим, высказывал **Н.Ф. Добрынин**. Он считал внимание формой проявления активности личности и полагал, что, описывая внимание, нужно говорить не о направленности сознания на предмет, а о направленности сознания на деятельность с предметом. В его концепции внимание определялось как направленность и сосредоточенность психической деятельности. Под направленностью ученый понимал выбор деятельности и поддержание этого выбора, а под сосредоточенностью – углубление в данную деятельность и отстранение, отвлечение от всякой другой деятельности.

В теории П.Я. Гальперина внимание рассматривается как процесс контроля за действиями. В реальной жизни мы постоянно выполняем несколько одновременных действий: идем, смотрим, думаем и т. д. Такой опыт самонаблюдения, казалось бы, не согласуется с данными экспериментов, в которых показывается, насколько сложной является задача совмещения двух действий. Однако большинство совмещений становится возможным благодаря автоматизации или изменению уровня контроля. Похожие взгляды приобретают все большую популярность в современных западных концепциях внимания.

7.2. Виды и свойства внимания

Внимание теснейшим образом связано с волевой активностью человека. Классификация по признаку произвольности является наиболее традиционной: разделение внимания на произвольное и непроизвольное историки психологии находят уже у Аристотеля. В соответствии со степенью участия воли при сосредоточении внимания Н.Ф. Добрынин выделил три вида внимания: непроизвольное, произвольное и послепроизвольное.

Непроизвольное внимание возникает непреднамеренно, без каких-либо специальных усилий. По своему происхождению оно более всего связано с «ориентировочными рефлексам» (И.П. Павлов). Причины, вызывающие непроизвольное внимание, кроются в первую очередь в особенностях внешних воздействий – раздражителей.

К числу таких особенностей относится *сила раздражителя*. Сильные раздражители (яркий свет, интенсивные краски, громкие звуки, резкие запахи) легко привлекают внимание, так как, по закону силы, чем сильнее раздражитель, тем значительнее вызываемое им возбуждение.

Важное значение имеет не только абсолютная, но и *относительная сила раздражения*, т. е. соотношение силы данного воздействия с силой других, фоновых, раздражителей. Каким бы сильным ни был раздражитель, он может не привлечь внимания, если будет дан на фоне других сильных раздражителей. В шуме большого города отдельные, даже громкие, звуки остаются вне нашего внимания, хотя они легко привлекают его, когда бывают услышаны ночью в тишине. С другой стороны, даже самые слабые раздражители становятся объектом внимания, если они даются на фоне полного отсутствия других раздражителей: малейший шорох при полной тишине вокруг, совсем слабый свет в темноте и т. п.

Во всех этих случаях определяющим является *контраст между раздражителями*. Он может касаться не только силы раздражителей, но и других их особенностей. Человек невольно обращает внимание на всякое значительное различие: по форме, величине, цвету, продолжительности действия и т. п. Маленький предмет легче выделяется среди

больших; длительный звук – среди отрывистых, коротких звуков; цветной кружок – среди белых. Цифра заметна среди букв; иностранное слово – в русском тексте; треугольник – рядом с квадратами.

В большой мере привлекают внимание резкие или же многократно повторяющиеся *изменения в раздражителях*: значительные перемены во внешнем виде хорошо известных людей, вещей, периодическое усиление или ослабление звука, света и т. п. Аналогичным образом воспринимается и движение предметов.

Важный источник непроизвольного внимания – *новизна предметов и явлений*.

Шаблонное, стереотипное, многократно повторяющееся не привлекает внимания. Новое же легко становится объектом внимания – в меру того, насколько оно может быть понято. Для этого новое должно находить опору в прошлом опыте.

Вызываясь внешними раздражителями, непроизвольное внимание существенно определяется состоянием самого человека. Одни и те же предметы или явления могут стать объектом внимания или не привлечь его в зависимости от того, каково состояние человека в данный момент. Важную роль играют *потребности и интересы* людей, их отношение к тому, что на них воздействует. Объектом непроизвольного внимания легко становится все, что связано с удовлетворением или неудовлетворением потребностей человека (как органических, материальных, так и духовных, культурных), все, что соответствует его интересам, к чему у него есть определенное, ясно выраженное и в особенности эмоциональное отношение. Тот, кто интересуется спортом, обратит внимание на афишу, в которой сообщается о спортивном состязании, внимание же музыканта привлечет объявление о концерте, и т. д.

Значительную роль играют *настроение и эмоциональное состояние человека*, в большой мере определяющие выбор объекта внимания.

Существенное значение имеет физическое состояние человека. В состоянии сильной усталости нередко не замечается то, что легко привлекает внимание в бодром состоянии.

Произвольное внимание носит отчетливо выраженный сознательный, волевой характер и наблюдается при преднамеренном выполнении какой-либо деятельности. Оно является обязательным условием труда, учебных занятий, работы вообще. Для эффективного выполнения любой деятельности всегда необходимы целесообразность, сосредоточенность, направленность и организованность, умение отвлекаться от того, что несущественно для получения намеченного результата.

Благодаря произвольному вниманию, люди могут заниматься не только тем, что их непосредственно интересует, захватывает, волнует, но и тем, что не обладает непосредственной привлекательностью, но является необходимым. Чем меньше увлекает человека работа, тем больше требуется волевых усилий для сосредоточения внимания. Причиной, вызывающей и поддерживающей произвольное внимание, является осознание значения объекта внимания для выполнения данной деятельности, удовлетворения потребностей, тогда как при непроизвольном внимании значение объекта может и не осознаваться.

Прилагая значительные усилия, чтобы втянуться в работу, например, приступая к решению сложной геометрической задачи, ученик, найдя интересные способы ее решения, может настолько увлечься работой, что волевые усилия станут не нужны, хотя сознательно поставленная цель сохранится. Такой вид внимания был назван Н.Ф.

Добрыниным *послепроизвольным вниманием*. Для человека, труд которого носит творческий характер, подобная форма внимания является весьма характерной. Уменьшение волевого напряжения при послепроизвольном внимании может явиться следствием выработки трудовых навыков, особенно привычки сосредоточенно работать в определенном режиме.

К свойствам (характерным особенностям) внимания относят его концентрацию, распределение, объем, переключение и устойчивость.

Концентрация внимания характеризует интенсивность сосредоточения и степень отвлечения от всего, что не входит в поле внимания. Важным условием поддержания оптимальной интенсивности внимания являются рациональная организация труда с учетом индивидуальных особенностей работоспособности, а также оптимальные внешние условия (тишина, освещение и т. д.).

Распределение внимания – это такая организация психической деятельности, при которой одновременно выполняются два или более действия, способность контролировать несколько независимых процессов, не теряя из поля своего внимания ни одного из них. Многие известные личности могли выполнять несколько видов деятельности одновременно. Главное условие успешного распределения внимания заключается в том, что по крайней мере одно действие должно быть хотя бы частично автоматизировано, доведено до уровня навыка. Поэтому можно, например, легко совмещать просмотр фильма по телевизору и какую-то ручную работу. Труднее выполнять два вида умственного труда. Самое сложное – это распределение внимания между двумя мыслительными процессами с разным содержанием (например, обдумывание мысли и слушание рассуждения на другую тему). Попытка хорошо осознать оба ряда мысли вызывает состояние эмоциональной напряженности. Распределение внимания часто дополняется или заменяется его быстрым переключением.

Объем внимания – это количество не связанных объектов, которые могут одновременно восприниматься ясно и отчетливо. Из определения следует, что объем внимания меньше, чем объем восприятия. У взрослого человека объем внимания составляет в среднем 7 ± 2 элемента. Ограниченность объема внимания нужно учитывать на практике в тех случаях, когда необходимо, чтобы визуальная информация «схватывалась» мгновенно.

Переключение внимания представляет собой сознательное, преднамеренное, целенаправленное изменение направленности психической деятельности, обусловленное постановкой новой цели. Таким образом, к переключению нельзя относить любой перенос внимания на другой объект. Тренировка, специальное обучение могут улучшать переключаемость внимания. В то же время возможность тренировки этого свойства внимания ограничена, что обусловлено тесной связью переключаемости внимания с подвижностью нервных процессов.

Иногда выделяют завершенное (полное) и незавершенное (неполное) переключение внимания. Во втором случае после переключения на новую деятельность периодически происходит возврат к предыдущей, что ведет к ошибкам и снижению темпа работы. Это бывает, например, когда новая деятельность неинтересна или когда не осознается ее необходимость. Переключение внимания затруднено при его высокой концентрации – вследствие этого происходят так называемые ошибки рассеянности, которые часто отмечают как характерную черту великих ученых, сосредоточенных на предмете своего исследования.

Устойчивость внимания определяется длительностью, в течение которой сохраняется его концентрация. Она зависит от особенностей материала, степени его трудности, понятности, общего отношения к нему субъекта.

Следует отметить, что существуют кратковременные колебания внимания, не замечаемые субъектом и не влияющие на продуктивность его деятельности, например в случае моргания. Такие колебания неизбежны.

7.3. Память и представления. Основные мнемические процессы

Память есть процесс организации и сохранения прошлого опыта, делающий возможным его повторное использование в деятельности или повторное возвращение в сферу сознания. Это важнейшая психическая функция, являющаяся объединяющим звеном в организации психики. Она обеспечивает целостность и единство личности. Всякий познавательный процесс превращается в память, и всякая память превращается во что-то другое. Память имеет огромное значение для жизни и деятельности не только каждого конкретного человека, но и общества в целом. Уже в древнегреческой мифологии обнаруживается признание важной роли памяти в развитии культуры человечества. Особо почитаемая греками богиня памяти Мнемозина была матерью девяти муз – покровительниц науки, поэзии и искусства. По имени этой богини память в психологии часто называют *мнемической деятельностью*. В отличие от восприятия, мышления и остальных психических процессов память непосредственно не направлена на отражение окружающего мира. Она имеет дело с отражениями второго порядка, которые называются представлениями. *Представление* – это хранящийся в памяти субъективный чувственный образ предыдущих восприятий. Представления бледнее и беднее образов восприятия. Это объясняется тем, что восприятие всегда поддерживается силой воздействия на органы чувств непосредственно воспринимаемых объектов, а представления такой поддержки не имеют. Представления строятся на образах прошлых восприятий, поэтому многие детали воспринимавшихся ранее предметов, явлений и событий в них нередко сливаются или стираются. Кроме того, представления отличаются от восприятий своей изменчивостью, непостоянством и возможностью «реконструкции» – преобразования механизмами воображения.

В отличие от других познавательных процессов в памяти устанавливаются не связи и отношения самих объективных вещей, а отношения субъективных представлений о вещах к сложившейся картине индивидуального опыта. Память не добывает нового знания о вещах, а лишь реконструирует и организует уже обретенное. Если она конструирует новое знание, то не посредством взаимодействия с самими вещами, а путем реорганизации отвечающих им представлений.

Сложную структуру памяти в психологии принято подразделять на четыре основных мнемических процесса: запоминание, сохранение, воспроизведение и забывание.

1. *Запоминание* – процесс, обеспечивающий удержание материала в памяти, что является важнейшим условием его последующего воспроизведения. В некоторых случаях возникает необходимость использования особой формы запоминания – *заучивания*.

Запоминание может быть произвольным, т. е. подчиненным определенной задаче запомнить что-либо, и произвольным, т. е. не имеющим специальной задачи, происходящим «само собой». Психологические исследования, и в частности работы отечественного психолога П.И. Зинченко, показали, что прямая постановка цели на

запоминание не является решающей для эффективности запоминания. Непроизвольное запоминание оказывается продуктивнее ее произвольного.

Эффективность запоминания зависит от установки. Установка запомнить материал, чтобы ответить на уроке или зачете, не способствует долговременному запоминанию: после сдачи зачета материал быстро забывается. Иную роль играет понимание значимости материала для будущего, для дальнейшего обучения или профессиональной деятельности. Запоминаемый с такой установкой материал помнится дольше.

Эмоционально окрашенный материал запоминается лучше, при этом в одних случаях лучше будет запоминаться приятное, в других – неприятное.

Запоминание может протекать с различной степенью осмысленности, с разной глубиной понимания, – в соответствии с этим выделяют *механическое* и *логическое* запоминания. Мышление всегда является существенной опорой памяти, необходимым условием успешного запоминания, которое в значительной мере зависит от понимания и ориентировки в материале в целом, а также от выделения смысловых групп и связей между элементами. В качестве способов произвольного запоминания и организованного заучивания, позволяющих обнаруживать эти связи в запоминаемом материале, выступают мнемические действия. **В.Д. Шадриков** определил следующий состав *мнемических действий*: а) *группировка* – деление материала на группы по каким-либо основаниям (смыслу, ассоциациям и т. д.); б) *выделение опорных пунктов* – фиксация какого-либо краткого пункта, служащего опорой более широкого содержания (тезисы, заглавие, вопросы, образы излагаемого в тексте, примеры и т. д.); в) *план* – совокупность опорных пунктов; *классификация* – распределение каких-либо предметов, явлений, понятий по классам, группам на основе общих признаков; г) *структурирование* – установление взаимного расположения частей, составляющих целое; д) *схематизация* – изображение или описание чего-либо в основных чертах; е) *аналогия* – установление сходства, подобия в определенных отношениях предметов, явлений, понятий; ж) *мнемотехнические приемы* – готовые способы запоминания; з) *перекодирование* – вербализация, или проговаривание, представление информации в образной форме; и) *дистраивание запоминаемого материала и привнесение нового в запоминаемое* – использование вербальных посредников, объединение и привнесение чего-либо по ситуативным признакам, распределение по местам; к) *серийная организация материала* – установление или построение различных последовательностей (распределение по объему, времени, упорядочение в пространстве); л) *ассоциации* – установление связей по сходству, смежности или противоположности; м) *повторение* – сознательно контролируемые и неконтролируемые процессы воспроизведения материала.

Связь перечисленных мнемических действий с процессами мышления можно продемонстрировать на всем известном действии повторения. Как установлено в психологии, продуктивность повторения в значительной степени зависит от того, насколько оно выходит за пределы простого воспроизведения и превращается в реконструкцию материала, связанную с его новым, углубленным осмысливанием.

2. *Сохранение* – это не пассивное хранение материала, не простое его консервирование, но динамический процесс, совершающийся на основе и в условиях определенным образом организованного усвоения, включающего переработку материала.

3. *Воспроизведение* – актуализация закрепленного ранее содержания психики.

Воспроизведение может протекать в виде: 1) узнавания, или воспроизведения с опорой на восприятие. Оно происходит в условиях непосредственного воздействия внешних

раздражителей, активизирующих старые связи; 2) собственно воспроизведения как произвольной или непроизвольной актуализации; 3) припоминания в условиях частичного забывания, требующего волевого усилия; 4) реминисценции, отсроченного непроизвольного воспроизведения того, что первоначально (при непосредственном воспроизведении) было временно забыто (не воспроизводилось).

4. *Забывание* – процесс, приводящий к утрате четкости и уменьшению объема закрепленного в памяти материала, невозможности воспроизвести, а в крайних случаях – даже узнать то, что было известно из прошлого опыта. Это целесообразный процесс. Забывается, как правило, то, что не приобрело или утратило жизненное значение для человека.

Забывание особенно интенсивно происходит сразу после заучивания. Данная закономерность является общей, хотя содержательный зрительный или вербальный материал забывается медленнее, чем, например, последовательности цифр или бессмысленных слогов. В процессе забывания заученный материал не только уменьшается в объеме, но и претерпевает качественные изменения. Наиболее полно и прочно сохраняется основное содержание материала; второстепенные детали забываются быстрее. В связи с этим сохраняемый в памяти материал приобретает со временем все более обобщенный, схематический характер. Наличие интереса к запоминаемому материалу ведет к его более длительному сохранению. Материал, связанный с потребностями, целями действий человека, забывается медленнее, а многое из того, что имеет для данного субъекта особое значение, не забывается совсем.

Наиболее распространенные объяснения забывания связаны с двумя гипотезами, впервые сформулированными немецкими психологами *Г.Э. Мюллером* и *А. Пильцекером* в 1900 г.

1. Ослабление следов. Следом памяти называют результат работы мнемической системы, а ослаблением следов – уменьшение с течением времени силы ассоциативных связей. Впервые силу следа экспериментально изучил немецкий психолог Г. Эббингауз, построив знаменитую кривую забывания, согласно которой основной объем информации забывается в первый час после запечатления.

2. Интерференция – тормозящее влияние на процесс запоминания нового материала предшествующей или последующей деятельности. Существуют два вида интерферирующего влияния: *ретроактивная интерференция* («назад действующее»), при которой новый материал ухудшает сохранение предшествующего, и *проактивная интерференция*, состоящая в том, что предшествующий материал ухудшает запоминание последующего. Вероятность интерференции тем сильнее, чем больше сходство между предшествующей и последующей деятельностью, меньше степень научения и осмысленности, сложнее запоминаемый материал.

Своеобразное толкование забывания было предложено основателем психоанализа З. Фрейдом. Он рассматривает забывание как результат работы защитных механизмов, вытесняющих из сознания и в дальнейшем не пускающих в него травмирующие и неприятные воспоминания: в первую очередь забывается то, что представляет угрозу целостности и самооценке личности.

Многочисленные наблюдения и эксперименты показывают, что забывание далеко не всегда бывает абсолютным. Изменение функционального состояния, реконструкция условий, в которых происходило запоминание, применение более эффективной стратегии воспроизведения и поиска в памяти зачастую оказываются достаточными для

восстановления, казалось бы, утраченной информации. Большое значение для предотвращения забывания имеют активное повторение и особенно организация материала, осуществляющаяся путем его включения в системы все более и более богатых семантических связей.

7.4. Классификация видов памяти

Память занимает особое место среди психических функций: ни одна другая функция не может быть осуществлена без ее участия. Другими словами, каждая психическая функция имеет свой мнемический компонент. В связи с этим формы проявления памяти весьма разнообразны. Множество видов памяти можно представить в ряде классификаций.

1. По времени сохранения материала выделяются:

– сенсорная память, осуществляющая сохранение информации на уровне рецепторов, время сохранения – 0,3–1,0 с. Некоторые ее формы получили специальные названия: *иконическая* (зрительная) и *эхоическая* (слуховая) сенсорная память. Если информация из рецепторного хранилища не переводится в другую форму хранения, то она безвозвратно теряется. У некоторых людей полное сохранение зрительной картинке в иконической памяти не ограничивается долями секунды, а может сохраняться в течение не скольких секунд и даже минут. Эта способность «видеть» картину или предмет, который находился перед глазами, но уже не экспонируется, называется «*эйдетизм*». Эйдетические способности лучше развиты у детей, чем у взрослых;

– кратковременная память, в которой сохранение материала ограничено определенным, как правило, небольшим периодом времени (около 20 с) и объемом одновременно удерживаемых в памяти элементов (от 5 до 9);

– долговременная память, обеспечивающая продолжительное сохранение материала, не ограниченная по времени хранения материала и объему удерживаемой информации. Она не связана с актуальным состоянием сознания. Долговременная память отличается от кратковременной не только временем сохранения информации, но и способом ее переработки. Кратковременная память представляет собой механическое запечатление, в то время как долговременная предполагает сложную переработку информации, что обеспечивает ее оптимальное, экономичное сохранение. Информация как бы раскладывается по полочкам. Чем больше человек знает, тем больше полочек он имеет в своем хранилище знаний. Таким образом, описанное выше явление *реминисценции* заключается в улучшении качества и объема воспроизводимого материала при долговременном хранении по сравнению с кратковременным;

– оперативная память, занимающая промежуточное положение между долговременной и кратковременной памятью. Она рассчитана на сохранение материала в течение заранее определенного срока, т. е., например, на время, которое необходимо для решения задачи.

2. По характеру психической активности в структуру памяти входят:

– двигательная память сохраняет информацию о различных движениях и их системах. Огромное значение памяти этого вида состоит в том, что она служит основой для формирования различных практических и трудовых навыков, а также навыков ходьбы и письма. Признаком хорошей двигательной памяти является физическая ловкость человека;

– эмоциональная память хранит пережитые чувства, которые выступают как сигналы, побуждающие к действию или удерживающие от действий, вызвавших в прошлом положительные или отрицательные переживания. Эмоциональная память сильнее других видов памяти;

– образная память бывает *зрительной, слуховой, осязательной, обонятельной, вкусовой*. У большинства людей лучше всего развиты зрительная и слуховая виды памяти. Развитие других видов, как правило, обусловлено особенностями профессиональной деятельности: например, вкусовая память у дегустаторов различных продуктов или обонятельная память у парфюмеров. Образная память обычно бывает ярче у детей и подростков. У взрослых людей ведущим видом памяти является не образная, а логическая память;

– словесно-логическая память специфически человеческая и играет ведущую роль по отношению к другим видам памяти в усвоении знаний. Запоминаемое содержание подвергается активной мыслительной обработке, материал анализируется, выделяются логические части. Лучше запоминается то, что понимается;

– механическая память позволяет человеку запоминать содержание, осмыслить которое он не может или не хочет. Прибегнув к неоднократному повторению, он как бы впечатывает запоминаемый материал в мозговых структурах.

3. По характеру целей деятельности память может быть:

– произвольной, когда отсутствует специальная цель запомнить что-то;

– непроизвольной, когда перед человеком стоит цель запомнить материал.

Эти два вида памяти представляют собой две последовательные ступени развития памяти. Непроизвольно запоминаются:

– материал, являющийся предметом целенаправленной деятельности;

– информация, имеющая важное жизненное значение, связанная с нашими интересами и эмоциями;

– все, что связано с препятствиями, затруднениями в деятельности.

– незавершенные действия запоминаются лучше, чем завершенные.

Непроизвольное запоминание подчинено законам ассоциативного связывания. Все представления, содержащиеся в памяти, существуют не отдельно, сами по себе, а в определенных совокупностях. *Ассоциация* – это возникающая в опыте человека закономерная связь между двумя представлениями, которая выражается в том, что появление в сознании одного представления влечет за собой актуализацию второго. Со времен Аристотеля различают три основных типа ассоциаций: по смежности во времени и пространстве, сходству и контрасту.

4. По использованным для запоминания средствам память бывает:

– непосредственной натуральной памятью, представляющей собой прямое механическое запечатление событий и явлений, – это наиболее простой и примитивный вид памяти,

характерный для ранних стадий развития человека как в филогенетическом, так и онтогенетическом плане;

– внешне опосредованной памятью, характерной для более высокой ступени культурно-исторического развития человека и являющейся первым шагом к овладению и управлению своей натуральной памятью. Это попытка обеспечить свое воспоминание, воскресить какой-либо след памяти с помощью стимулов, которые выполняют функцию средства запоминания. В данном случае стимулы носят внешний, материальный характер: узелки на память, записи в книжке, фотографии и сувениры. Благодаря этим и другим

– внутренне опосредствованной памятью, являющей собой высшую форму памяти – логическую память, при которой происходит переход от употребления внешних средств запоминания к внутренним элементам опыта. Для того чтобы такой переход мог осуществиться, сами внутренние элементы должны быть достаточно сформированы. В этом процессе формирования внутреннего опыта человека центральная роль принадлежит речи и мышлению.

Вопросы для самопроверки

1. Какие базовые теоретические концепции внимания существуют в психологии?
2. Каковы главные свойства и виды внимания?
3. В чем состоят основополагающие взгляды на нейрофизиологическую природу внимания?
4. Каковы основные мнемические процессы?
5. Какие виды памяти вы знаете?

Литература

Основная

1. Введение в психологию / Под ред. А.В. Петровского. М., 1995. Гл. 6.
2. Нуркова В.В., Березанская Н.Б. Психология: Учебник. М., 2004. Гл. 6 и 8.

Дополнительная

1. Аткинсон Р. Человеческая память и процесс обучения / Под ред. Ю.М. Забродина. М., 1980.
2. Дормашев Ю.Б., Романов В.Я. Психология внимания. М., 1995.
3. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб., 1998.
4. Солсо Р.Л. Когнитивная психология. М., 1996.

Тема 8. Познавательные процессы. Мышление и воображение. интеллект

8.1. Мышление как высшая форма познавательной деятельности

Жизнь постоянно ставит перед человеком разные по своей сложности задачи и проблемы. Возникновение таких проблем, трудностей и неожиданностей требует от человека более глубокого познания мира, открытия в нем новых свойств, закономерностей и связей. Каждый человек в своей жизни делает множество открытий, и необязательно эти открытия являются великими и ценными в масштабах всего человечества.

Проблема мышления долгое время изучалась в рамках философии и логики. В настоящее время вместе с философией и логикой исследованием мышления занимаются психология и многие другие научные дисциплины: физиология, кибернетика, лингвистика и т. д. Специфика психологии состоит в том, что она изучает мышление конкретного человека в его реальной жизни и деятельности.

Психологическое исследование природы мышления исходит из различия чувственного и рационального познания. Для ориентации человека в природном и социальном мире недостаточно лишь чувственного восприятия. Во-первых, сущность предметов и явлений непосредственно не совпадает с их внешним обликом, доступным восприятию. Во-вторых, сложные явления природного и социального мира недоступны восприятию – они не выражены в наглядных свойствах. В-третьих, восприятие ограничено отражением предметов и явлений в момент их непосредственного воздействия на органы чувств человека, с помощью восприятия невозможно познать то, что уже случилось (прошлое), и то, чего еще нет (будущее).

Мышление раскрывает то, что непосредственно не дано в восприятии. Основная задача мышления заключается в выявлении существенных, необходимых связей, основанных на реальных зависимостях посредством отделения их от случайных совпадений во времени и пространстве. В процессе мышления осуществляется переход от единичного к общему. Таким образом, мышлению свойственно *обобщенное* отражение действительности.

В процессе мышления субъект использует различного рода средства, выработанные человечеством с целью проникновения в существенные связи и отношения предметного и социального мира: практические действия, модели, схемы, символы, знаки, язык и др. Опора на культурные средства характеризует такую особенность мышления, как его *опосредованность*.

Таким образом, традиционные определения мышления, которые можно встретить в большинстве учебников по психологии, обычно фиксируют два его признака: обобщенность и опосредованность. **Мышление** – процесс обобщенного и опосредованного отражения действительности в ее существенных связях и отношениях.

Важно отметить еще две особенности мышления:

1) связь с действием. С.Л. Рубинштейн писал: «Мышление теснейшим образом связано с действием. Человек познает действительность, воздействуя на нее, понимает мир, изменяя его. Мышление не просто сопровождается действием или действие – мышлением; действие – это первичная форма существования мышления. Первичный вид мышления – это мышление в действии и действием, мышление, которое совершается в действии и действием выявляется»;

2) связь с речью. Человеческое мышление – это речевое мышление. Его становление происходит в процессе общения людей друг с другом. Формирование специфически

человеческого мышления в онтогенезе возможно лишь в совместной деятельности взрослого и ребенка.

Мышление как высшая психическая функция обладает четырьмя взаимосвязанными признаками, каждый из которых по-своему характеризует роль речи в его развитии:

- во-первых, собственно человеческий мыслительный акт является социальным, «разделенным» между людьми, что отражает общественный характер трудовой деятельности, и для его осуществления необходима речь как средство коммуникации;
- во-вторых, мышление возникает как процесс, опосредствованный сначала материальными орудиями труда, а затем – системой знаков, в том числе устной и письменной речью, т. е. средствами закрепления и передачи общественно-и исторического опыта;
- в-третьих, понятийное, логическое мышление является произвольным, речь выступает при этом как система средств, овладевая которой человек может сознательно управлять мыслительным процессом, организовывать совместную мыслительную деятельность;
- в-четвертых, мышление как высшая психическая функция обладает системным строением, т. е. построена на материале различных натуральных процессов («ручного» интеллекта, произвольного внимания, памяти, воображения и др.), и именно речь является тем основным «инструментом», с помощью которого эта система организуется и существует как единое психическое образование.

Для описания проявлений мышления в психологии применяется определение мышления в широком смысле как активной познавательной деятельности субъекта, необходимой для его полноценной ориентации в окружающем природном и социальном мире. Для изучения конкретных механизмов мышления в психологической науке говорят о мышлении в узком смысле как процессе решения задач.

Любая задача имеет объективную (предметную) и субъективную (психологическую) структуры. Объективно задача включает в себя: 1) набор определенных условий и 2) требование, которого нужно достичь. С психологической стороны требованию задачи соответствует субъективно поставленная цель, а условиям – средства ее достижения. Таким образом, *задача* – это цель, заданная в определенных условиях, а *решение задачи* – процесс достижения поставленной цели, поиск необходимых для этого средств. Если в прошлом опыте субъекта имеются готовые средства достижения цели, то решение задачи фактически сводится к использованию сформированного мыслительного действия, воспроизводству готового знания. Такой вид мышления называют репродуктивным.

Отсутствие готовых средств решения характеризует особый вид интеллектуальных задач – **проблему**. То, что является проблемой для одного человека, для другого может ею и не быть. Проблемная ситуация возникает при недостатке информации и неудовлетворенности потребностей, когда есть конфликт между тем, что дано субъекту, и тем, чего он должен достигнуть. В ситуации отсутствия готовых средств достижения цели возникает необходимость их поиска и созидания. Этот процесс требует продуктивного, творческого мышления. Задача с поставленной целью и отсутствием средств ее достижения называется творческой. Противоречия между целью и средствами являются движущей силой процесса мышления.

Решение проблемной ситуации осуществляется в несколько этапов: первый этап связан с осознанием проблемной ситуации; на втором этапе происходит анализ условий, выделение того, что известно, и того, что неизвестно, в результате чего проблема превращается в задачу; на третьем этапе осуществляется ограничение зоны поиска исходя из прошлого опыта субъекта; на четвертом этапе появляются *гипотезы* как предположения о способах решения задачи; пятый этап представляет собой реализацию гипотезы; а шестой – ее проверку, в которой гипотеза соотносится с исходными условиями. Если проверка подтверждает гипотезу, то осуществляется реализация решения. Если нет – то процесс решения продолжается снова и происходит до тех пор, пока решение не будет окончательно согласовано с условиями задачи.

Важное значение для принятия правильного решения и успешного решения задачи имеют знания, они составляют основу для выдвижения гипотез. При этом огромную роль играет словесная формулировка. Правильно поставленный вопрос нацеливает на решение задачи. В решении мыслительных задач велика также роль наглядных образов, схем, чертежей.

8.2. Мышление и речь

Для мыслительной деятельности человека существенна ее связь не только с чувственным познанием, но и с языком, речью. Благодаря речи становится возможным отвлечь от познаваемого объекта то или иное его свойство и закрепить, зафиксировать представление или понятие о нем в специальном слове. Мысль обретает в слове необходимую материальную оболочку, в которой она и становится непосредственной действительностью для ее субъекта, других людей и нас самих. Человеческое мышление невозможно без языка. Всякая мысль возникает и развивается в неразрывной связи с речью. Чем глубже и основательнее продумана та или иная мысль, тем более четко и ясно она выражается в словах. И наоборот, чем больше совершенствуется, оттачивается словесная формулировка какой-то мысли, тем отчетливее и понятнее становится сама эта мысль.

Формулируя свои размышления вслух для других, человек тем самым формулирует их и для себя. Такое формулирование, закрепление, фиксирование мысли в словах помогает задержать внимание на различных моментах и частях этой мысли и способствует более глубокому ее пониманию. Благодаря этому и становится возможным развернутое, последовательное, систематическое рассуждение, т. е. четкое и правильное сопоставление друг с другом всех основных мыслей, возникающих в процессе мышления.

В слове заключены важнейшие предпосылки *дискурсивного*, т. е. рассуждающего, логически расчлененного и осознанного мышления. Благодаря формулированию и закреплению в слове, мысль не исчезает и не угасает, едва успев возникнуть. Она прочно фиксируется в речевой формулировке – устной или даже письменной. Поэтому всегда существует возможность в случае необходимости снова вернуться к этой мысли, еще глубже ее продумать, проверить и в ходе рассуждения соотнести с другими мыслями. Формулирование мыслей в речевом процессе является важнейшим условием их формирования.

Вопрос о связи мышления и речи является для психологии крайне важным. Он привлекал к себе внимание ученых на протяжении всей истории развития психологических исследований. Предлагаемые решения были различными – от полного разделения речи и мышления и признания их совершенно независимыми друг от друга функциями до столь же однозначного и безусловного их соединения вплоть до абсолютного отождествления.

Современная психология рассматривает мышление и речь как неразрывно связанные, но в то же время самостоятельные реальности.

Значительный вклад в решение проблемы соотношения мышления и речи внес Л.С. Выготский. Он писал: «Слово так же относится к речи, как и к мышлению. Оно представляет собой живую клеточку, содержащую в самом простом виде основные свойства, присущие речевому мышлению в целом. Слово – это не ярлык, наклеенный в качестве индивидуального названия на отдельный предмет: оно всегда характеризует предмет или явление, обозначаемое им, обобщенно и, следовательно, выступает как акт мышления. Но слово – это также и средство общения, поэтому оно входит в состав речи. Именно в значении слова завязан узел того единства, которое мы называем речевым мышлением».

С точки зрения Л.С. Выготского, первоначально мышление и речь выполняли различные функции и развивались относительно самостоятельно. В филогенезе и онтогенезе мышления и речи отчетливо выделяется доречевая фаза в развитии интеллекта и доинтеллектуальная фаза в развитии речи. У маленьких детей и высших животных обнаруживаются своеобразные средства коммуникации, не связанные с мышлением, – выразительные движения, жесты, мимика, отражающие внутренние состояния живого существа, но не являющиеся знаком или обобщением, – в свою очередь есть такие виды мышления, которые не связаны с речью.

Л.С. Выготский считал, что в возрасте около двух лет наступает критический, переломный момент: речь становится интеллектуальной, а мышление – речевым. Признаками наступления перелома в развитии обеих функций являются быстрое и активное расширение словарного запаса ребенка и стремительное увеличение коммуникативного словаря. Ребенок впервые открывает для себя символическую функцию речи, осознает обобщающее значение слова как средства общения и начинает пользоваться им как для коммуникации, так и для решения задач. Ребенок начинает называть разные предметы одним и тем же словом – это прямое доказательство того, что он усваивает понятия.

В окружающем нас мире бесконечно много различных предметов и явлений. Если бы мы стремились назвать каждое из них отдельным словом, то тот словарный запас, которым мы должны были бы пользоваться, стал бы необозримым, а сам язык – недоступным человеку. Такой язык не мог бы служить средством коммуникации. Однако нам нет необходимости придумывать специфическое название, отдельное слово для каждого отдельно существующего предмета или явления. В своем общении и мышлении мы вполне обходимся словарным запасом, количество слов в котором намного меньше числа обозначаемых с их помощью предметов и явлений. Это возможно потому, что каждое слово представляет собой понятие, относящееся не к одному предмету, а к целому классу однотипных предметов, выделяемых по совокупности общих, специфических и существенных признаков. *Понятие* определяется как форма мышления, отражающая существенные свойства, связи и отношения предметов и явлений, выраженная словом или группой слов.

Понятие позволяет обобщать и углублять знания об объекте, выходя в его познании за пределы непосредственно воспринимаемого. Понятие выступает как важный элемент не только мышления и речи, но и восприятия, внимания, памяти. Оно придает всем этим процессам избирательность и глубину. Пользуясь понятием для обозначения предмета или явления, мы как бы автоматически видим в них (понимаем, представляем,

воспринимаем и вспоминаем о них) больше, чем нам дано непосредственно через органы чувств.

Из множества качеств и свойств, заключенных в слове-понятии, ребенок сначала усваивает лишь те, которые непосредственно выступают в совершаемых им действиях с соответствующими предметами. В дальнейшем, по мере получения и обогащения жизненного опыта, им усваивается более глубокий смысл понятия, включая и те качества соответствующих предметов, которые прямо не воспринимаются. Процесс формирования понятия начинается задолго до овладения речью, но становится по-настоящему активным лишь тогда, когда ребенок уже достаточно овладел речью как средством общения и развил свой практический интеллект.

Первое слово ребенка выступает по своему значению как целая фраза. То, что взрослый выразил бы в развернутом предложении, ребенок передает одним словом. В развитии семантической (смысловой) стороны речи ребенок начинает с целого предложения и только затем переходит к использованию частных смысловых единиц, таких как отдельные слова. В начальный и конечный моменты развитие семантической и физической (звуковой) сторон речи идет разными, как бы противоположными путями. Смысловая сторона речи разрабатывается от целого к части, в то время как физическая ее сторона развивается от части к целому, от слова к предложению.

Для понимания отношения мысли к слову важное значение имеет *внутренняя речь*. В отличие от *внешней речи* она обладает особым синтаксисом. Превращение внешней речи во внутреннюю происходит по определенному закону: в ней в первую очередь сокращается подлежащее и остается сказуемое с относящимися к нему частями предложения. Основной синтаксической формой внутренней речи является предикативность. Примеры предикативности обнаруживаются в диалогах хорошо знающих друг друга людей, «без слов» понимающих, о чем идет речь. Таким людям нет, например, никакой необходимости в том, чтобы всегда называть предмет разговора, указывать в каждом произносимом ими предложении или фразе подлежащее: в большинстве случаев оно им хорошо известно.

Еще одной особенностью семантики внутренней речи является агглютинация, т. е. своеобразное слияние слов в одно с их существенным сокращением. Возникающее в результате слово как бы обогащается двойным смыслом, взятым по отдельности от каждого объединенного в нем слова. Так, в пределе можно дойти до слова, которое вбирает в себя смысл целого высказывания. Слово во внутренней речи является «концентрированным сгустком смысла». Чтобы полностью перевести этот смысл в план внешней речи, пришлось бы использовать, вероятно, не одно предложение. Внутренняя речь, по-видимому, и состоит из подобного рода слов, совершенно не похожих по структуре и употреблению на те слова, которыми мы пользуемся в своей письменной и устной речи. Такую речь в силу названных ее особенностей можно рассматривать как внутренний план речевого мышления, «опосредующий динамическое отношение между мыслью и словом». Внутренняя речь есть процесс мышления чистыми значениями.

Промежуточное положение между внешней и внутренней речью занимает так называемая *эгоцентрическая речь*. Это речь, направленная не на партнера по общению, а на себя. Наибольшего развития она достигает в трехлетнем возрасте, когда дети, играя, как бы разговаривают сами с собой. Элементы этой речи можно встретить и у взрослого, который, решая сложную интеллектуальную задачу, размышляет вслух, произнося в процессе работы какие-то фразы, понятные только ему самому. При возникновении затруднений в деятельности человека активность его эгоцентрической речи возрастает.

Эгоцентрическая речь выступает как внешняя по форме и внутренняя по ее психологическому значению. По мере развития внутренней речи эгоцентрическая речь постепенно исчезает. На убывание ее внешних проявлений следует смотреть, как считал Л.С. Выготский, как на усиливающуюся абстракцию мысли от звуковой стороны речи, что свойственно речи внутренней.

8.3. Виды и формы мышления. Основные мыслительные операции

Описание различных видов и типов мышления строится на предпосылке, что нет мышления вообще: мышление неоднородно и подлежит детализации. Разные виды мышления подразделяются по своему функциональному назначению, развитию, строению, используемым средствам, познавательным возможностям.

В психологии наиболее распространенной является следующая классификация видов мышления: наглядно-действенное, наглядно-образное, словесно-логическое. Данная классификация строится на генетическом принципе и отражает три последовательных уровня развития мышления. Каждый из названных видов мышления определяется двумя критериями. Один из них (первая часть названий) – это та конкретная форма, в которой необходимо предъявить субъекту познаваемый объект или ситуацию для того, чтобы ими можно было успешно оперировать:

- объект как таковой в своей материальности и конкретности;
- объект, изображенный на рисунке, схеме, чертеже;
- объект, описанный в той или иной знаковой системе.

Другой критерий (вторая часть названий) – это основные способы, с помощью которых человек познает окружающий мир:

- через практическое действие с объектом;
- с помощью оперирования образными представлениями;
- на основе логических понятий и других знаковых образований.

Основная характеристика *наглядно-действенного* мышления определяется возможностью наблюдать реальные объекты и познавать отношения между ними в реальном преобразовании ситуации. Практические познавательные предметные действия являются основой всех более поздних форм мышления.

При *наглядно-образном* мышлении ситуация преобразуется в плане образа или представления. Субъект оперирует наглядными изображениями объектов через их образные представления. При этом образ предмета позволяет объединить набор разнородных практических операций в целостную картину. Овладение наглядно-образными представлениями расширяет сферу действия практического мышления.

На уровне словесно-логического мышления субъект может, оперируя логическими понятиями, познавать существенные закономерности и ненаблюдаемые взаимосвязи исследуемой реальности. Развитие *словесно-логического* мышления перестраивает и упорядочивает мир образных представлений и практических действий.

Описанные виды мышления образуют этапы развития мышления в филогенезе и онтогенезе. Они сосуществуют у взрослого человека и функционируют при решении различных задач. Поэтому их нельзя оценивать с точки зрения большей или меньшей ценности. Словесно-логическое мышление не может быть «идеалом» мышления вообще, конечной точкой интеллектуального развития.

В зависимости от того, какие средства используются для решения задач, принято выделять *наглядное и вербальное* мышление. Установлено, что для полноценной мыслительной работы одним людям необходимо видеть или представлять предметы, другим – оперировать словами, т. е. отвлеченными знаковыми структурами. Некоторые психологи полагают, что наглядный и вербальный типы мышления являются «антагонистами»: носителям первого труднодоступны даже простые задачи, представленные в знаковой форме; носителям второго нелегко даются задачи, требующие оперирования наглядными образами.

Относительно типа решаемых задач мышление может быть *теоретическим* и *практическим*. Теоретическое мышление направлено на познание законов и правил, практическое – на разработку средств реального преобразования окружающего мира. Отечественный психолог **Б.М. Теплов** в своей работе «Ум полководца» писал: «Работа практического ума непосредственно вплетена в практическую деятельность и подвергается непрерывному испытанию практикой». Важной особенностью практического мышления является то, что оно разворачивается в условиях жесткого дефицита времени и актуального риска. В практических ситуациях очень ограничены возможности для проверки гипотез. Все это делает практическое мышление в определенном отношении более сложным, чем мышление теоретическое. С.Л. Рубинштейн рассматривал практическое мышление как предпосылку и исходную форму теоретического мышления.

По степени рефлексии разделяют *интуитивное* и *аналитическое мышление*. Обычно используют три критерия для их различения: временной, структурный и уровень осознанности. Аналитическое мышление развернуто во времени, имеет четко выраженные этапы, представлено в сознании самого мыслящего человека. Интуитивное мышление характеризуется быстротой протекания, отсутствием четко выраженных этапов, является минимально осознанным. При интуитивном решении задачи ответ появляется мгновенно в виде «ясного видения» проблемной ситуации. В психологии такой путь решения называется *инсайт* – озарение, внезапное понимание. Развитое мышление представляет собой сложное единство интуитивных и логических компонентов, тесно связанных между собой.

Мышление возникает и протекает в виде особых операций, с помощью которых осуществляется проникновение в глубь той или иной проблемной ситуации, рассматриваются составляющие ее элементы, находится решение. Основными мыслительными операциями, необходимыми в каждой мыслительной деятельности, являются анализ и синтез. *Анализ* – мыслительная операция расчленения сложного объекта на составляющие его части. *Синтез* – мыслительная операция, позволяющая переходить от части к целому. Являясь противоположными друг другу операциями, анализ и синтез в то же время неразрывно связаны между собой. Всякая мыслительная деятельность является аналитико-синтетической.

Мысленное выделение отдельных частей или свойств предметов дает возможность сравнивать их друг с другом. *Сравнение* – мыслительная операция, основанная на

установлении сходства и различия между объектами. Оно позволяет обнаруживать в предметах сходные, одинаковые или общие свойства и признаки.

Эти сходные признаки затем абстрагируются (выделяются, отделяются) из совокупности других свойств и обозначаются словом. *Абстракция* – мыслительная операция, основанная на выделении существенных свойств и связей предмета и отвлечении от несущественных. *Обобщение* – мысленное объединение предметов и явлений по их общим и существенным признакам. Необходимая предпосылка обобщения – сравнение предметов друг с другом. Обобщение может опираться на разные признаки сходных предметов. Но важнейшее значение имеет обобщение, основанное на выделении признаков, не только общих, но и существенных для данных предметов. Именно оно ведет к образованию понятий, к открытию законов, к познанию закономерных связей и отношений. Абстракция и обобщение тесно связаны друг с другом. Человек не мог бы обобщать, если бы не отвлекался от различий в том, что он обобщает.

Выделение общих свойств разных уровней позволяет человеку установить родовидовые отношения в многообразии предметов и явлений, систематизировать их и тем самым построить определенную классификацию. Систематизация, или классификация, предметов и явлений представляет собой мысленное распределение их по группам в зависимости от сходств и различий.

Основными логическими формами мышления являются понятия, суждения и умозаключения. *Понятие* – форма мышления, отражающая существенные свойства, связи и отношения предметов и явлений, выраженная словом или группой слов. Понятия формируются в процессе исторического развития человечества. Овладеть понятием – значит овладеть всей совокупностью знаний о предметах, к которым относится данное понятие. Понятия образуют более сложные формы мышления: суждения и умозаключения.

Суждение – форма мышления, отражающая связи между предметами и явлениями. В суждениях утверждаются или отрицаются отношения между явлениями и предметами, между теми или иными их признаками и свойствами. Например, «Земля вращается вокруг Солнца».

Суждения бывают общими, частными и единичными. В *общих* суждениях что-либо утверждается относительно всех предметов данной группы, данного класса («Все реки текут»). В *частных* суждениях утверждение или отрицание относится уже не ко всем, а лишь к некоторым объектам («Некоторые студенты – отличники»). В *единичных* суждениях – только к одному («Этот ученик плохо выучил урок»). Утверждать или отрицать что-либо можно с разной степенью уверенности. Важно, чтобы уверенность в правильности суждения была обоснована объективными данными. В значительной мере легкость, с которой возникает уверенность в суждениях, обусловлена индивидуальными особенностями личности.

К суждениям приходят как непосредственно, когда в них констатируется то, что наблюдается, так и опосредованно – через умозаключение. *Умозаключение* – форма мышления, при которой на основе нескольких суждений делается определенный вывод. Исходные суждения, из которых выводится, извлекается другое суждение, называются *посылками* умозаключения. Первое суждение, общая, или большая, посылка: «Все сланцы горючи». Второе суждение, частная, или меньшая, посылка: «Данное вещество является сланцем». Умозаключение: «Данное вещество горюче».

Простейшей и типичной формой вывода на основе частной и общей посылок является силлогизм. Различают два основных вида умозаключений: индуктивные и дедуктивные. *Индукция* – логический вывод в процессе мышления от частного к общему. *Дедукция* – логический вывод в процессе мышления от общего к частному. Два этих вида умозаключений тесно связаны друг с другом, сложные процессы рассуждений всегда представляют собой целую цепь умозаключений, в которой используются и переплетаются оба вида. Кроме того, выделяют умозаключения по аналогии, или умозаключения от одних частных случаев к другим частным случаям. Эти выводы основаны на сходстве тех или других случаев в каком-либо отношении.

8.4. Мышление и творчество

Мышление тесным образом связано с творчеством, однако творческие и мыслительные процессы нельзя отождествлять. Мышление является одним из видов познания, творчество же в свою очередь возможно не только в сфере познания, но и, например, в движении, пении, искусстве и т. д.

Важный вклад в изучение вопросов творческого мышления сделал *Дж. Гилфорд*. Он выделил два вида мышления: конвергентное и дивергентное. *Конвергентное* (схождение) необходимо для нахождения одного единственно верного ответа. При этом конкретных решений может быть несколько, но их количество все равно ограничено. *Дивергентное* мышление Гилфорд определяет как «тип мышления, идущего в разных направлениях», благодаря этому мышлению возникают оригинальные и неожиданные решения. Гилфорд считал операцию дивергенции основой креативности как общей творческой способности.

Дж. Гилфорд выявил четыре основные особенности креативности: 1) оригинальность – способность продуцировать необычные идеи, образы, ассоциации, ответы. Творческий человек почти всегда и везде стремится найти свое собственное, отличное от других решение; 2) семантическую гибкость – способность видеть объект под новым углом зрения, обнаруживать его новое использование, расширять функциональное применение на практике; 3) образную адаптивную гибкость – способность изменять восприятие объекта таким образом, чтобы видеть его новые, скрытые от наблюдения стороны; 4) семантическую спонтанную гибкость – способность продуцировать разнообразные идеи в неопределенной ситуации, в частности в такой, которая не содержит ориентиров для этих идей.

Впоследствии предпринимались и другие попытки дать определение творческому мышлению, но они внесли мало нового в то его понимание, которое было предложено Дж. Гилфордом.

Процесс творчества включает три этапа: порождения (генерации) идей, анализа и доработки выдвинутых идей и выбора из нескольких идей лучших. В жизненных ситуациях не всегда присутствуют все названные этапы творческого процесса. Поэтому ситуации можно разделить исходя из того, какой из этапов наиболее представлен. Есть задания, в которых требуется проявить способность к генерации идей (первый этап творческого процесса), – критерием выполнения таких заданий выступает количество и качество выдвинутых идей. Существуют ситуации, которые в основном требуют умения проанализировать и доработать уже выдвинутые идеи (второй этап творчества). В этом случае человек должен выявить последствия принятия каждой из идей, найти способы усиления «положительных» эффектов и способы минимизации отрицательных. Наконец, существуют ситуации, в которых нужно сравнить возможные альтернативные идеи с точки зрения их практической ценности.

Сегодня психологи убеждены: творческому мышлению можно научить. Для этого необходимо развить соответствующие способности, участвующие в процессе творческого мышления, и преодолеть внутренние барьеры к творчеству. Обычно психологами называются четыре внутренних барьера к творчеству.

1. Конформизм – желание быть похожим на других. Люди опасаются высказывать оригинальные идеи, чтобы не выделяться среди других. Их опасения чаще всего связаны с печальным детским опытом непонимания и осуждения их идей среди взрослых или сверстников.
2. Ригидность – трудность переключения с одной стереотипной точки зрения на другую. Ригидность не позволяет совершенствовать готовые решения, «видеть» необычное в обычном, знакомом.
3. Желание найти ответ немедленно. Было замечено, что наилучшие решения приходят во время «творческой паузы», когда человек дает себе возможность отвлечься от упорного сидения над проблемой, отдохнуть. Если же человек во что бы то ни стало стремится решить проблему сразу, то риск преждевременного, непродуманного решения очень велик.
4. Цензура – внутренняя критика любой собственной идеи. Люди с жесткой внутренней цензурой предпочитают ждать естественного разрешения проблемы или пытаются переложить ответственное решение на кого-то другого. Подобная безынициативность обычно формируется у детей, родители которых придерживаются авторитарного стиля воспитания и склонны критиковать любые действия ребенка.

Существуют два конкурирующих между собой способа мышления: критический и творческий. Критическое мышление представляет собой такое мышление, которое направлено на выявление недостатков в суждениях других людей. Творческое мышление связано не с оцениванием чужих мыслей, а с открытием принципиально нового знания, с генерацией собственных оригинальных идей. Человек, у которого слишком выражена критическая тенденция, уделяет основное внимание критике, хотя сам бы мог творить. Напротив, тот человек, у которого конструктивное, творческое мышление доминирует над критическим, часто оказывается неспособным видеть недостатки в собственных суждениях и оценках.

Выход из этого положения состоит в том, чтобы одновременно развивать у ребенка как критическое, так и творческое мышление, заботясь о том, чтобы они находились в равновесии, сопровождали и периодически сменяли друг друга в любом мыслительном акте. Если человеком высказывается собственная идея, то он сам должен ее критически осмыслить. Если оригинальная, новая мысль высказана кем-то другим, то наряду с ее критикой необходимо обязательно предложить свое решение. В жизни большинства людей, для того чтобы их творческая отдача была максимальной, необходимо разумное сочетание творческого и критического мышления.

Психологи не только пытаются выяснить, как человек решает новые и творческие задачи, но и ищут возможности повышения творческого потенциала личности. Среди предлагаемых способов особую популярность завоевали метод «мозгового штурма» А. Осборна и метод «синектики» Дж. Гордона.

В основе *метода «мозгового штурма»* лежит идея о том, что процесс выдвижения гипотез необходимо отделить от их оценки. В повседневной жизни наши оценки часто

сдерживают полет нашей фантазии и воображения, не дают смелым и новаторским идеям «прорваться» в сознание. Поэтому отказ от оценки и критики в «мозговом штурме» помогает найти оригинальные решения. Обычно в методе «мозгового штурма» различают три фазы: разминку, генерацию идей и оценку идей. Во время разминки людям предлагают несложные, часто шуточные задания типа «Как перенести воду в решете?». В фазе генерации идей людям предлагается проблемная ситуация, нуждающаяся в разрешении. Поощряются любые идеи, даже шуточные. Все идеи фиксируются. Обычно наиболее эффективно действует группа из 6–8 человек. На третьем этапе группа экспертов оценивает каждую из предлагаемых идей и отбирает перспективные.

Метод синектики разрабатывался как модификация метода «мозгового штурма», но в процессе практического использования выяснилось, что он подходит не только для группового решения, но и для индивидуального. В нем используется основное свойство аналогий – сравнение какого-то сложного объекта (процесса) с простым. При этом лучше осознаются и понимаются свойства сложного объекта. Различают прямую, личную, символическую и фантастическую аналогии.

Прямая аналогия используется тогда, когда возможно прямое сравнение исследуемого объекта с хорошо знакомыми нам объектами и процессами. Особую ценность аналогия имеет тогда, когда предметы для сравнения берутся из совершенно других областей знаний и практической деятельности. Например, можно представить знакомого человека в виде домашней утвари – чайника или пылесоса.

Личная аналогия (эмпатия) используется, когда человек ставит себя на место изучаемого объекта. Так, конструктор машины может представить себя в виде втулки или шестерни, архитектор моста – в виде несущей конструкции этого моста. При этом лучше осознаются силы, которые действуют на данный объект, и отчетливо проявляются его сильные и слабые стороны.

Символическая аналогия позволяет отобразить изучаемый объект в символической форме, подобрать такие символы (знаки), которые лучше выражают его основные закономерности. Примером могут служить задания на нахождение предметов, символизирующих ту или иную профессию.

Фантастическая аналогия предполагает сравнение исследуемых объектов со сказочными, фантастическими персонажами. Она позволяет сконцентрироваться на пока еще невозможных, но желаемых свойствах и признаках. Вполне вероятно, что мысль о самолете родилась на основе сказочного прототипа ковра-самолета.

Использование метода синектики предполагает активное включение воображения в процесс решения задач.

8.5. Воображение, его функции и виды

Человек как субъект действия не только созерцает и познает, но и изменяет мир, преобразует природу, создает предметы, которых в ней нет. Человек не мог бы совершать всего этого, если бы он не представлял себе результата своих действий. Чтобы преобразовывать мир на практике, надо уметь преобразовывать его мысленно, в представлении.

Психический процесс, заключающийся в создании новых образов (представлений) путем переработки материала восприятия и представлений, полученных в предшествующем

опыте, называется **воображением**. Воображение присуще только человеку. В представлении ожидаемого результата с помощью фантазии состоит коренное отличие человеческого труда от инстинктивного поведения животных.

Воображение находится в тесной связи со всеми сторонами жизнедеятельности человека. Оно неразрывно связано с памятью, опираясь на ее процессы, перерабатывая и преобразуя то, что хранит память. Воображение активно включается в восприятие, обогащая воспринимаемые образы. Так, восприятие произведений живописи становится более содержательным, эмоциональным, когда в нем принимает участие воображение. Тесные связи существуют между воображением и мышлением. Это особенно ярко проявляется в ситуации неопределенности и недостаточности условий для решения той или иной задачи. И мышление, и воображение возникают в проблемной ситуации, мотивируются потребностью личности, основываются на опережающем отражении. Но опережающее отражение действительности, осуществляемое в процессе воображения, происходит в виде ярких представлений, в то время как опережающее отражение в процессах мышления осуществляется путем оперирования понятиями, позволяющими обобщенно и опосредованно познавать окружающее.

Воображение играет очень важную роль в жизни и деятельности человека. Среди множества его функций наиболее значимыми являются следующие:

- 1) целеполагание и планирование. Будущий результат и возможности его достижения изначально создаются в воображении субъекта;
- 2) познавательная. Воображение осуществляет мысленный отход за пределы непосредственно воспринимаемого, конструирует понятие о предмете еще до того, как сложится само это понятие;
- 3) приспособительная. В психике ребенка возникает конфликт между избытком внешней информации и недостатком средств, необходимых для понимания и объяснения окружающего. В этих условиях детский мозг непременно должен противопоставить обрушивающемуся на него внешнему потоку информации средство, которое позволило бы перекомбинировать исходный материал и таким образом увеличить объем воспринимаемого, например, сказки и мифы;
- 4) психотерапевтическая. Почему дети рассказывают «страшилки»? Это своеобразная защита от страхов, которые появляются у детей на определенном этапе развития.

По степени активности и осознанности человеком создания им новых образов воображение может быть произвольным (активным) и непроизвольным (пассивным). При *непроизвольном* новые образы возникают под воздействием малоосознанных или неосознанных потребностей, влечений и установок. Такое воображение работает, как правило, тогда, когда человек спит, находится в дремотном состоянии, в грезах и т. д.

Произвольное воображение представляет собой процесс преднамеренного построения образов в связи с сознательно поставленной целью в той или иной деятельности. Для такого вида воображения характерно осознание не только цели, но и мотивов деятельности, понимание того, ради чего продуцируются новые образы. Произвольное воображение возникает в раннем возрасте и наибольшее развитие получает в детских играх.

По степени уникальности воображение подразделяют на воссоздающее (репродуктивное) и творческое. *Воссоздающее* воображение характеризуется тем, что в его процессе создаются субъективно новые образы, т. е. образы, новые для данного индивида, которые объективно уже существуют в определенных предметах культуры. Воссоздание образа может происходить на основе словесного описания, восприятия изображений в виде картин, схем и т. д. Воссоздающее воображение играет важную роль в жизни человека. Оно позволяет людям обмениваться опытом и помогает каждому человеку овладеть достижениями других людей.

Творческое воображение является самостоятельным созданием новых образов, которые реализуются в оригинальных продуктах деятельности. Это продуцирование оригинального образа без опоры на готовое или условное описание. Названный вид воображения играет важную роль во всех видах творческой деятельности.

Особой формой воображения является *мечта*. Она всегда направлена в грядущее. Мечта позволяет человеку намечать будущее и организовывать поведение для его осуществления. Образы, которые человек создает в своих мечтах, отличаются ярким, живым, конкретным характером и эмоциональной насыщенностью, привлекательностью для субъекта. Однако мечты полезны лишь тогда, когда они связывают желаемое будущее с настоящим. Если такой связи нет, то из стимула действия мечта может превратиться в *грезы, нереальную мечту*. Необходимым элементом научного и художественного творчества представляется *фантазия*. В фантазии конструируются новые образы, часто далекие от реальных образов. Фантастические образы служат тому, чтобы найти образное объяснение непонятым явлениям и восполнить информационный дефицит. Часто в психологии термины «воображение» и «фантазия» отождествляются.

Для создания новых и преобразования уже существующих образов в воображении используется ряд приемов. К ним относится прежде всего *комбинирование* – сочетание отдельных элементов различных образов предметов в новых более или менее необычных комбинациях. Частным случаем комбинирования является *агглютинация* – создание новых образов на основе «склеивания» представлений, в повседневной жизни несоединимых. На основе агглютинации были созданы мифологические образы кентавра, Минотавра, Пегаса, сказочный образ русалки и др. Агглютинации встречаются не только в искусстве, но и в технике (троллейбус, аэросани, танк-амфибия).

Другим приемом воображения является *акцентирование* – подчеркивание тех или иных черт. Это осуществляется на основе выделения, абстрагирования и преобразования существенных особенностей предмета или явления. Прием акцентирования выражается, например, в выделении каких-либо черт в шаржах или карикатурах.

Один из приемов создания фантастических образов называется *гиперболизацией*. Он заключается в увеличении или уменьшении предметов, явлений или образов. Посредством этого приема созданы сказочные и мифологические великаны и гномы. Гиперболизация может заключаться не только в увеличении или уменьшении размеров и пропорций, но и в изменении количества частей предмета или образа, например, в создании образов многоглазых богинь, одноглазого циклопа, дракона с тремя головами.

Степень легкости или трудности мысленного преобразования предметов, действий, явлений в большой мере характеризует отношение личности к миру. Некоторые люди скованы ситуацией и подчинены реальности настолько, что мысленное преобразование окружающей действительности для них затруднено и даже невозможно. Для других

людей, напротив, всякая реальная ситуация выступает как исходный пункт и материал для преобразующей деятельности.

8.6. Интеллект

Интеллект (от лат. *intellectus* – разумение, понимание, постижение) в психологии определяется как общая способность к познанию и решению проблем, определяющая успешность любой деятельности и лежащая в основе других способностей. Интеллект не сводится к мышлению, хотя мыслительные способности составляют основу интеллекта. В целом интеллект представляет собой систему всех познавательных способностей человека: ощущения, восприятия, памяти, представления, воображения и мышления. Понятие интеллекта как общей умственной способности применяется в качестве обобщения поведенческих характеристик, связанных с успешной адаптацией к новым жизненным задачам.

Начиная с XIX в. одним из наиболее важных вопросов для психологии был вопрос о возможности оценки и измерения интеллекта. В 1905 г. французские ученые **А. Бине** и **Т. Симон** создали первую тестовую батарею для оценки интеллектуального развития детей от 3 до 13 лет. Создатели этих тестов рассматривали интеллект как достигнутый к определенному возрасту уровень психического развития, который проявляется в сформированности познавательных функций, а также в степени усвоения умственных умений и знаний. Число правильно решенных заданий теста характеризует *умственный возраст* ребенка. В 1912 г. немецкий психолог В. Штерн предложил измерять уровень интеллектуального развития с помощью подсчета *коэффициента интеллекта*, или *IQ*, который выражается отношением умственного возраста к хронологическому возрасту ребенка.

Л. Термен взял введенный В. Штерном IQ за основу для адаптации в США модифицированной шкалы Бине-Симона. Группа разработчиков новой версии теста под руководством Л. Термена работала в Стэнфордском университете, в связи с чем новая шкала интеллекта получила название Стэнфорд-Бине. Сегодня это одна из наиболее распространенных методик для оценки интеллектуального развития детей.

В 1937 г. первый вариант своего теста для измерения интеллекта предложил **Д. Векслер**. Он создал шкалу измерения интеллекта не только для детей, но и для взрослых. Интеллектуальная шкала Векслера для детей переведена на русский язык, адаптирована и широко применяется в нашей стране. Шкала Векслера существенно отличалась от теста Стэнфорд-Бине. Задания, которые предлагались испытуемым по методике Л. Термена, были одинаковы для всех возрастов. Основой для оценки служило число правильных ответов, которое давал испытуемый. Затем это число сравнивалось со средним количеством ответов для испытуемых данной возрастной группы. Такая процедура существенно упрощала подсчет IQ. Д. Векслером была предложена качественная классификация уровней развития интеллекта, основанная на частоте встречаемости определенного IQ: 69 и ниже – умственный дефект (слабоумие); 70–79 – пограничный уровень развития; 80–89 – сниженная норма интеллекта; 90–109 – средний уровень интеллекта; 110 – 119 – хорошая норма; 120–129 – высокий интеллект; 130 и выше – весьма высокий интеллект.

В настоящее время интерес к тестам интеллекта значительно ослаб, прежде всего это связано с невысокой прогностической ценностью данных методов: испытуемые, имеющие высокие показатели по тестам интеллекта, не всегда добиваются высоких достижений в жизни, и наоборот. В связи с этим в психологии даже появился термин «хороший

интеллект», под которым понимают интеллектуальные способности, эффективно реализуемые в реальной жизни человека и способствующие его высоким социальным достижениям.

Появление тестов интеллекта повлекло за собой постановку ряда новых исследовательских проблем. Одна из них – проблема структуры интеллектуальных способностей. В психологии сложились два основных направления исследований в этой области. Первое направление представлено авторами, которые рассматривают интеллект как набор относительно независимых умственных способностей

Такой подход применен, в частности, в мультифакторной модели интеллекта, разработанной *Л. Терстоуном*. Однако наиболее влиятельной и популярной факторной моделью является модель Дж. Гилфорда, который выделил три «измерения интеллекта»: умственные операции, особенности материала, используемого в тестах, полученный интеллектуальный продукт. Сочетание этих элементов («куб» Гилфорда) дает 120 интеллектуальных факторов, часть из которых удалось идентифицировать в эмпирических исследованиях. Заслугой Дж. Гилфорда является выделение «социального интеллекта» как совокупности интеллектуальных способностей, определяющих успешность оценки и прогнозирования поведения людей.

Второе направление исследований в области структуры интеллектуальных способностей базируется на идее наличия общего фактора интеллекта, определяющего специфику и продуктивность всей интеллектуальной деятельности человека. Основоположителем данного подхода является *Ч. Спирмен*. Он выдвинул концепцию «генерального фактора» – *G* («general factor»), рассматривая интеллект как общую «умственную энергию» уровень которой определяет успешность и продуктивность всей интеллектуальной деятельности. Решение любой конкретной задачи зависит как от развития у человека способности, связанной с фактором *G*, так и от набора специфических способностей, необходимых для решения узкого класса задач. Эти специальные способности носят у Ч. Спирмена название *S-факторов* (от англ. special – специальный).

Наиболее последовательным сторонником и продолжателем идеи Ч. Спирмена был его ученик *Дж. Равен*, который разработал тест прогрессивных матриц, до сих пор остающийся одним из лучших методов «чистого» измерения интеллекта. Главным показателем теста считается способность к научению на основе обобщения собственного опыта.

К числу наиболее распространенных принадлежит также концепция *Р. Кеттела* о двух видах интеллекта: «текущем» («fluid») и «кристаллизованном» («crystallized»). Эта концепция занимает промежуточное положение между взглядами на интеллект как на единую общую способность и представлениями о нем как о множественности умственных способностей. По Р. Кеттелу, «текущий» интеллект выступает в задачах, решение которых требует приспособления к новым ситуациям; он зависит от действия фактора наследственности «Кристаллизованный» же интеллект выступает при решении задач, требующих соответствующих навыков и использования прошлого опыта; он преимущественно зависит от влияний среды. Помимо двух общих факторов Р. Кеттел выделил парциальные факторы, связанные с активностью отдельных анализаторов (в частности, фактор визуализации), а также факторы-операции, соответствующие по своему содержанию специальным факторам Ч. Спирмена. Исследования интеллекта в пожилом возрасте подтверждают модель Р. Кеттела: с возрастом (после 40–50 лет) показатели «текущего» интеллекта снижаются, а показатели «кристаллизованного» остаются почти неизменными.

Сегодня, несмотря на попытки выделить новые «элементарные интеллектуальные способности», исследователи в основном склоняются к мнению, что общий интеллект существует как универсальная психическая способность. С точки зрения Г. Айзенка, в его основе лежит генетически детерминированное свойство нервной системы, определяющее скорость и точность переработки информации. В связи с успехами в развитии кибернетики, теории систем, теории информации и др. наметилась тенденция понимать интеллект как познавательную деятельность любых сложных систем, способных к обучению, целенаправленной переработке информации и саморегулированию. Результаты психогенетических исследований свидетельствуют о высоком уровне генетической обусловленности интеллекта. В наибольшей степени эта зависимость прослеживается у вербального интеллекта, в несколько меньшей – у невербального («интеллекта действия»). Невербальный интеллект более тренируем. Индивидуальный уровень развития интеллекта определяется также рядом средовых влияний: «интеллектуальным климатом» семьи, порядком рождения ребенка в семье, профессией родителей, широтой социальных контактов в раннем детстве и т. д.

Вопросы для самопроверки

1. Что такое мышление?
2. Какие виды мышления принято выделять в психологической науке?
3. Каковы основные мыслительные операции и логические формы мышления?
4. Какие виды воображения вам известны?
5. Что такое интеллект?
6. Какие способы измерения интеллекта вы знаете, какова их прогностическая ценность?

Литература

Основная

1. Дружинин В.Н. Психология общих способностей. СПб., 1999. Гл 13 и 35.
2. Нуркова В.В., Березанская Н.Б. Психология: Учебник. М, 2004. Гл. 9.

Дополнительная

1. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб., 1998.
2. Солсо Р.Л. Когнитивная психология. М, 1996.
3. Тихомиров О.К. Психология мышления. М, 1984.

Тема 9. Эмоциональная и волевая сферы личности

9.1. Эмоции и чувства

Эмоции и чувства составляют особую, очень важную сторону внутренней жизни человека. Все мы в каждый момент находимся в определенном эмоциональном состоянии,

переживаем те или иные чувства. Эмоциональные проявления человека очень разнообразны: радость, горе, страх, гнев, удивление, грусть, тревога, восхищение, презрение и т. д. Мир эмоциональных переживаний пронизывает все стороны жизни: отношения с окружающими людьми, деятельность, общение и познание. Одна из сфер человеческой деятельности – искусство – непосредственно обращена к эмоциям и чувствам человека.

Эмоции представляют собой пристрастное отношение субъекта к окружающему и к тому, что с ним происходит. Механизм возникновения эмоций тесно связан с потребностями и мотивами человека. Условия, предметы и явления, способствующие удовлетворению потребностей и достижению целей, вызывают положительные эмоции: удовольствие, радость, интерес, возбуждение. Напротив, ситуации, воспринимаемые субъектом как препятствующие реализации потребностей и целей, вызывают отрицательные эмоции и переживания: неудовольствие, горе, печаль, страх, грусть, тревогу и др.

Следовательно, можно констатировать двойную обусловленность эмоций, с одной стороны, нашими потребностями, с другой – особенностями ситуации. Эмоции устанавливают связь и взаимоотношения между этими двумя рядами событий, сигнализируют субъекту о возможности или невозможности удовлетворения его потребностей в данных условиях.

Таким образом, **эмоции** – это особый класс психических процессов и состояний, связанных с потребностями и мотивами и отражающих в форме переживаний значимость действующих на субъекта явлений и ситуаций.

Говоря о переживаниях человека, как правило, применяют два термина – «чувства» и «эмоции». В обыденной речи понятия «чувства» и «эмоции» практически не различаются. Некоторые психологи также склонны к их отождествлению. В то же время существует точка зрения, согласно которой чувства и эмоции – различные и во многом противоположные по отношению друг к другу субъективные состояния. Так, например, швейцарский психолог Э. Клапаред писал: «Чувства в нашем поведении полезны, тогда как эмоции целесообразными не являются».

Согласно традициям отечественной психологии, принято выделять чувства как особый подкласс эмоциональных процессов. В отличие от эмоций, отражающих кратковременные переживания, чувства долговременны и могут оставаться на всю жизнь. Например, можно получить удовольствие (удовлетворение) от выполненного задания, т. е. испытать положительную эмоцию, а можно быть удовлетворенным своей профессией, иметь к ней положительное отношение, то есть испытывать чувство удовлетворенности.

Чувства возникают как обобщение многих эмоций, направленных на определенный объект. Чувства выражаются через эмоции в зависимости от того, в какой ситуации находится объект их выражения. Например, мать, любя своего ребенка, переживает по отношению к нему в разных ситуациях разные эмоции: она может злиться на него, испытывать гордость за него, нежность к нему и т. д. Данный пример показывает, что, во-первых, эмоции и чувства – это не одно и то же, и, во-вторых, нет прямого соответствия между чувствами и эмоциями: одна и та же эмоция может выражать разные чувства и одно и то же чувство может выражаться в разных эмоциях. Доказательством нетождественности эмоций и чувств является более позднее появление чувств в онтогенезе по сравнению с эмоциями.

Возникновение и проявление эмоций и чувств связаны со сложной комплексной работой коры и подкорковых структур головного мозга, а также вегетативной нервной системы. Эмоциональные проявления определяются комплексом мозговых структур входящих в так называемую лимбическую систему мозга, которая связана с вегетативной нервной системой и ретикулярной формацией, расположенной в стволовых образованиях мозга и обеспечивающей энергетическую регуляцию деятельности коры. Исследователи обнаружили в под корковых структурах в гипоталамусе, особые образования, которые были названы центрами удовольствия, страдания агрессии и успокоения.

Сложная деятельность корковых и подкорковых отделов мозга обеспечивает многоуровневость и многокомпонентность эмоциональных реакций.

1. Физиологические компоненты эмоционального реагирования:

вегетативно-соматические реакции, сопровождающие эмоциональные состояния. Отмечаются такие изменения, как расширение периферических сосудов и ускорение пульса в состоянии гнева, и наоборот, сужение сосудов, замедление и ослабление пульса при переживании страха. Эмоциональные состояния сопровождаются изменениями темпа и ритма дыхания, размера зрачков, уровня кровяного давления, секреторной и моторной динамики желудочно-кишечного тракта, потоотделения, кожно-электрическими и электроэнцефалографическими изменениями. Связь эмоций с соматовегетативными реакциями была замечена очень давно и с тех времен широко используется с целью диагностики эмоционального состояния человека. Так, например, на изменении вегетативных реакций при эмоциогенных фразах основана проверка подозреваемых с помощью *полиграфа* («детектора лжи»);

биохимические изменения. Вегетативная нервная система осуществляет регуляцию биохимической динамики организма двумя в значительной степени различными, но взаимосвязанными компонентами – симпатическим и парасимпатическим. Деятельность симпатической нервной системы связана с выделением адреналиноподобных веществ. Симпатический нерв вызывает расширение зрачка, учащение сердцебиения, повышение кровяного давления, торможение деятельности кишечника, увеличение содержания сахара в крови, повышение мышечной работоспособности, усиление обмена веществ. Парасимпатический эффект, вызываемый другим веществом – ацетилхолином, характеризуется сужением зрачков, расширением сосудов, замедлением пульса и усилением перистальтики и секреции желудка, выделением обильного горячего пота, ослаблением обмена веществ. Экспериментальные исследования показывают, что в состоянии страха возрастает концентрация адреналина при незначительном изменении норадреналина, в состоянии гневного раздражения или тревоги резко возрастает количество и адреналина, и норадреналина, астенические эмоции (грусть, тоска) сопровождаются отчетливым снижением того и другого.

2. Экспрессивные компоненты эмоционального реагирования:

выразительные движения всего. Пантомимические изменения в походке, осанке, жестах обычно возникают произвольно, как внешние проявления общего эмоционального состояния человека. Наиболее важным компонентом пантомимики является *жест* – выразительное движение рук, служащее одним из средств уточнения речевой коммуникации. Жесты подразделяются на иллюстративные, поясняющие и выделяющие какую-либо мысль, и выразительные, выявляющие эмоциональное состояние человека. Некоторые виды жестов в процессе общественно-исторической практики человека приобрели определенное символическое значение. Например, сложенные в кольцо

большой и указательный палец – жест «О'кей» – означает «все хорошо»; он понимается и применяется представителями разных культур;

движения лицевых мышц – *мимика*. Наибольшей способностью выражать различные эмоциональные оттенки обладает лицо человека. Еще Леонардо да Винчи говорил, что брови и рот по-разному изменяются при различных причинах плача. П. Экман и К. Изард описали мимические признаки базовых эмоций, выделив три зоны лица: область лба и бровей, область глаз и нижнюю часть лица. Так, например в соответствии с их описанием в мимике страха брови подняты и сдвинуты, морщины только в центре лба; верхние веки подняты так, что видна склера, а нижние приподняты и напряжены; рот раскрыт, губы растянуты. Мимические проявления эмоций представляют собой синтез произвольных и произвольных способов реагирования, в большой степени зависящие от особенностей культуры, в которой воспитывается человек;

вокализация: тембр голоса и интонация, звуковые средства экспрессии. Из звуковых средств экспрессии наиболее характерными являются смех и плач. Смех является выразителем нескольких эмоций, в разных ситуациях он имеет неоднозначные оттенки и смысл.

В повседневной жизни именно благодаря экспрессивным компонентам эмоционального реагирования мы, как правило, достаточно точно воспринимаем и оцениваем изменения в эмоциональном состоянии, в настроении окружающих людей.

В психологии существует несколько теорий, объясняющих, почему возникают эмоции. Еще в опубликованной в 1872 г. книге «Выражение эмоций у человека и животных» **Ч. Дарвин** показал эволюционный путь развития эмоций. Сравнивая эмоциональные проявления у людей и животных, он сделал вывод о том, что выразительные движения человека, связанные с эмоциями, являются эволюционно значимыми и представляют собой рудименты (остатки) ранее целесообразных реакций, выработанных в ходе борьбы за существование.

Американский психолог **У. Джемс** и датский анатом **КГ. Ланге** выдвинули периферическую теорию эмоций, основанную на парадоксальной идее о том, что эмоции есть результат физиологических изменений в различных системах. По их утверждению, мы не потому смеемся, что нам смешно, а нам потому смешно, что мы смеемся. Смысл этой фразы заключается в том, что произвольное изменение мимики и позы приводит к непровольному появлению соответствующей эмоции, – например, изображение гнева приводит к тому, что человек начинает действительно переживать это чувство.

Несмотря на то что нельзя отрицать наличие условно-рефлекторной связи между переживанием эмоции и ее внешним и внутренним проявлением, содержание эмоции не сводится только к физиологическим изменениям в организме. Доказательством этому служат эксперименты, в которых были блокированы все физиологические проявления, и тем не менее субъективные переживания сохранились. Физиологические сдвиги происходят при многих эмоциях как вторичное приспособительное явление – например, для мобилизации резервных возможностей организма при столкновении с опасностью и порождаемом ею страхом. **У. Кеннон** и **Ф. Бард** одними из первых показали ограниченность теории Джемса – Ланге, предложив свою теорию эмоций, которая была названа таламической. Согласно этой теории, вегетативные изменения и мышечные реакции организма являются следствием переживания эмоций. Основным мозговым субстратом эмоций является таламус, связанный и с корой больших полушарий, и с вегетативной нервной системой.

П.К. Анохин рассматривал эмоции как продукт эволюции, как приспособительный фактор в жизни животного мира. С его точки зрения, эмоции важны для закрепления и стабилизации рационального поведения животных и человека. Положительные эмоции, возникающие при достижении цели, запоминаются и при соответствующей ситуации могут извлекаться из памяти для получения такого же полезного результата. Отрицательные эмоции уберегают от повторного совершения ошибок.

Интересную гипотезу о причинах появления эмоций выдвинул **П.В. Симонов**. Он утверждает, что эмоции появляются вследствие недостатка или избытка сведений, необходимых для удовлетворения потребности. Степень эмоционального напряжения определяется силой потребности и величиной дефицита информации, необходимой для достижения цели. В нормальной ситуации человек ориентирует свое поведение на сигналы высоковероятных событий, т. е. на то, что чаще встречалось в прошлом. Благодаря этому его поведение в большинстве случаев бывает адекватным и ведет к достижению цели. В условиях полной определенности цель может быть достигнута и без помощи эмоций: оказавшись у цели, достижение которой заведомо не вызывало сомнений, человек может не испытывать ни радости, ни торжества. Однако в неясных ситуациях, при отсутствии точных сведений для организации поведения по удовлетворению потребности, необходима другая тактика реагирования на сигналы. При недостатке сведений, необходимых для достижения цели, по мнению П.В. Симонова, возникают отрицательные эмоции. Например, эмоция страха развивается при недостатке сведений, необходимых для защиты.

Эмоции способствуют повышению чувствительности анализаторов, что в свою очередь приводит к реагированию на расширенный диапазон внешних сигналов и улучшает извлечение информации из памяти. Вследствие этого при решении задачи могут быть использованы маловероятные или случайные ассоциации, которые в спокойном состоянии не рассматривались бы. Тем самым повышаются шансы достижения цели. Хотя реагирование на расширенный круг сигналов, полезность которых еще неизвестна, избыточно, оно предотвращает пропуск действительно важного сигнала, игнорирование которого может стоить жизни.

Вышеперечисленные теории эмоций объясняют лишь отдельные случаи их возникновения. Это подтверждает мысль о принципиальной невозможности объяснить механизм такого сложного явления, как эмоции, с позиции одной теории.

9.2. Функции, виды и формы эмоций

Значимость эмоций в жизни человека выражается в их функциях. В психологии принято выделять ряд функций.

1. *Отражательно-оценочная функция.* Эмоции оценивают значимость предметов и ситуаций для достижения целей и удовлетворения потребностей субъекта; являются той системой сигналов, посредством которой субъект узнает о значимости происходящих, прошлых и будущих событий.
2. *Побудительная функция.* Из оценки происходящего вытекает побуждение к действию. По мнению С.Л. Рубинштейна, «...эмоция в себе самой заключает влечение, желание, стремление, направленное к предмету или от него».
3. *Активирующая функция* непосредственно связана с побудительной. Эмоции обеспечивают оптимальный уровень деятельности центральной нервной системы и ее

отдельных структур. Эмоциональные состояния по-разному влияют на динамику протекания деятельности, на ее темп и ритм. Эмоции радости уверенности в успехе придают человеку дополнительные силы, побуждают к более интенсивной и напряженной работе. Д. Хебб экспериментальным путем получил кривую выражающую зависимость между уровнем эмоционального возбуждения человека и эффективностью его деятельности. Из нее явствует, что между эмоциональным возбуждением и эффективностью деятельности человека существует криволинейная зависимость. Для достижения наивысшего результата деятельности нежелательны ни слишком слабые, ни излишне сильные эмоциональные возбуждения. Слишком слабая эмоциональная возбужденность не обеспечивает должной мотивации деятельности, а слишком сильная разрушает ее, дезорганизует и делает неуправляемой. Для каждого человека имеется собственный оптимум эмоциональной возбудимости, обеспечивающий максимум эффективности в работе. Он зависит от многих факторов: особенностей выполняемой деятельности, условий, в которых она протекает, индивидуальности включенного в нее человека и многого др.

4. *Регулирующая функция.* Эмоции влияют на направление и осуществление деятельности субъекта. Возникновение того или иного эмоционального отношения к объекту, предмету, явлению влияет на мотивацию на всех этапах протекания деятельности. Оценивая ход и результат деятельности, эмоции придают субъективную окраску происходящему вокруг нас и в нас самих. Это значит, что на одно и то же событие разные люди могут эмоционально реагировать различно.

5. *Синтезирующая функция.* Эмоции соединяют, синтезируют в единое целое отдельные сопряженные во времени и пространстве события и факты. А.Р. Лурия показал, что совокупность образов, прямо или случайно связанных с ситуацией, породившей сильное эмоциональное переживание, образует в сознании субъекта прочный комплекс. Актуализация одного из элементов влечет, иногда против воли субъекта, воспроизведение в сознании других его элементов.

6. *Смыслообразование.* Эмоции служат сигналом смыслообразующей силы мотива. Так, например, А.Н. Леонтьев писал: «День, наполненный множеством действий, казалось бы, вполне успешных, тем не менее может испортить человеку настроение, оставить у него некий неприятный эмоциональный осадок. На фоне забот дня этот осадок едва замечается, но вот наступает минута, когда человек как бы оглядывается и мысленно перебирает прожитый день, в эту-то минуту, когда в памяти всплывает определенное событие, его настроение приобретает предметную отнесенность, возникает аффективный сигнал, указывающий, что именно это событие и оставило у него эмоциональный осадок. Может стать, например, что это его негативная реакция на чей-то успех в достижении общей цели, единственно ради которой, как ему думалось, он действовал, и вот оказывается, что это не вполне так и что едва ли не главным для него мотивом было достижение успеха для себя».

7. *Защитная функция.* Такое сильное эмоциональное переживание, как страх, предупреждает человека о реальной или мнимой опасности, способствуя тем самым лучшему продумыванию возникшей ситуации, более тщательному определению вероятности достижения успеха или неудачи. Тем самым страх защищает человека от неприятных последствий, а возможно, и от гибели.

8. *Экспрессивная функция.* Эмоции за счет своего экспрессивного компонента принимают участие в установлении контакта с другими людьми в процессе общения с ними и воздействия на них.

Многообразие проявлений эмоциональной жизни человека ставит психологию перед необходимостью их более четкой дифференциации. По степени активации немецкий философ **И. Кант** выделил два вида эмоциональных состояний: *стенические* эмоции – переживания, повышающие активность личности, и *астенические* – переживания, снижающие активность личности. Эмоции могут быть приятными и неприятными, положительными и отрицательными. Можно различать эмоции по их интенсивности, длительности, степени осознанности причин, их вызвавших.

В зависимости от модальности, качества переживаний **К. Изард** были выделены десять фундаментальных эмоций: интерес-возбуждение, радость, удивление, горе-страдание, гнев-ярость, отвращение-омерзение, презрение-пренебрежение, страх-ужас, стыд-застенчивость, вина-раскаяние. Первые три эмоции К. Изард относит к положительным, остальные семь – к отрицательным.

1. *Интерес-возбуждение* – чувство захваченности, любопытства, это наиболее часто испытываемая положительная эмоция, выступающая исключительно важным видом мотивации в развитии навыков, знаний, мышления. Интерес является единственной мотивацией, которая может поддерживать осуществление повседневной, привычной, рутинной работы. У человека, испытывающего эмоцию интереса, возникает желание исследовать, вмешаться, расширить свой опыт; подойти по-новому к человеку или объекту, возбудившему интерес. При интенсивном интересе человек чувствует себя воодушевленным и оживленным.

2. *Радость* характеризуется чувством уверенности и значительности, ощущением способности справиться с трудностями и наслаждаться жизнью. Радость сопровождается удовлетворенностью собой, окружающими людьми и миром. Она часто сопровождается чувствами силы и энергетического подъема. Следствием сочетания радости и ощущения собственной силы является связь радости с чувствами превосходства и свободы, ощущением того, что человек больше, чем он есть в обычном состоянии. Радость – это чувство, которое возникает при реализации своих возможностей. Препятствия к самореализации являются препятствиями для появления радости.

3. *Удивление* является преходящей эмоцией: оно быстро наступает и столь же быстро проходит. В отличие от других эмоций удивление не мотивирует поведение в течение долгого времени. Функция удивления состоит в подготовке субъекта к успешным действиям, к новым или внезапным событиям.

4. *Страдание* представляет собой наиболее распространенную отрицательную эмоцию. Оно обычно является доминирующим при горе и депрессии. Психологические причины страдания включают многие проблемные ситуации каждодневной жизни, потребностные состояния, другие эмоции, воображение и т. д. Переживание страдания описывается как уныние, упадок духа, обескураженность, одиночество, чувство изоляции. Страдание сообщает и самому страдающему человеку, и тем, кто его окружает, что ему плохо, и побуждает человека предпринять определенные действия: сделать что-то для уменьшения страдания, устранить его причину или изменить свое отношение к объекту, служащему причиной. Самой тяжелой формой страдания является горе. Его источником выступает утрата. Наиболее глубокое горе возникает, например, при потере любимого человека. Состояние горя каждый человек переживает очень тяжело.

5. *Гнев* – сильная отрицательная эмоция, возникающая в ответ на препятствие в достижении человеком страстно желаемой цели. Среди причин гнева – личное оскорбление, разрушение состояний интереса или радости, обман, принуждение сделать

что-либо против желания. При переживании гнева человек ощущает свою силу и хочет напасть на источник гнева. Чем сильнее гнев, тем более сильным и энергичным чувствует себя субъект, тем большую потребность в физическом действии он ощущает. В ярости мобилизация энергии настолько велика, что человек чувствует, что он взорвется, если не проявит каким-либо способом свой гнев.

6. *Отвращение* как эмоциональное состояние связано с переживанием необходимости устранить объект или изменить его. Оно есть результат резкого рассогласования в сознании человека ценностно значимого, нормального и уродливо-несовершенного, происходящего на фоне этого нормального. Отвращение могут вызвать как материальные предметы, так и социальные действия, поступки других людей. Отвращение, как и гнев, может быть направлено на себя, снижая при этом самооценку и вызывая самоосуждение.

7. *Презрение* связано с ситуациями, в которых человеку необходимо чувствовать себя сильнее, умнее, лучше в каком-то отношении, чем презираемое лицо. Презрение – это чувство превосходства над другим человеком, группой или предметом, их обесценивание. Презирающий человек как бы отстраняется, создает расстояние между собой и другими. Презрение, как гнев и отвращение, в известной мере оказывается чувством враждебности: человек враждебно относится к тому, кого он презирает.

8. *Страх* является наиболее сильной и опасной из всех эмоций, которая оказывает большое влияние на сознание и поведение человека. Причинами страха могут быть события, условия или ситуации, сигнализирующие об опасности. Страх переживается как предчувствие беды, неуверенности, полной незащищенности. Со страхом связаны чувства недостаточной надежности, чувство опасности и надвигающегося несчастья, при которых человек ощущает угрозу своему существованию. Ощущение страха может варьировать от неприятного предчувствия до ужаса.

9. *Стыд* как эмоция повергает человека в такое состояние, когда он кажется себе маленьким, беспомощным, скованным, эмоционально расстроенным, глупым, никуда не годным. Он сопровождается временной неспособностью мыслить логично и эффективно, а нередко – ощущением неудачи, поражения. Стыд может вызвать презрение к самому себе.

10. *Вина* возникает при совершении неправильных действий. Обычно люди чувствуют вину, когда осознают, что нарушили правило и переступили границы своих собственных убеждений. Они могут также чувствовать вину за отказ от принятия на себя ответственности. Вина связана прежде всего с осуждением своего поступка самим человеком независимо от того, как к этому поступку отнеслись или могут отнестись окружающие. Вина включает такие реакции, как раскаяние, осуждение самого себя и понижение самооценки. Вина возникает в ситуациях, в которых человек чувствует личную ответственность. Переживание вины состоит из мучительного чувства неправоты по отношению к другим или самому себе.

Формы проявления эмоций также весьма разнообразны и могут быть представлены в следующей классификации.

1. *Аффект* – сильное и относительно кратковременное эмоциональное состояние, связанное с резким изменением важных для субъекта жизненных обстоятельств и сопровождаемое резким изменением в сознательной деятельности и выраженными двигательными проявлениями. Аффективное состояние сопровождается существенным снижением возможности сознательного контроля субъекта за своими действиями. Аффект

развивается при неспособности субъекта найти адекватный выход из опасных, чаще всего неожиданно сложившихся ситуаций. Аффект может подгата вливаться исподволь: повторение ситуаций, вызывающих резко отрицательное эмоциональное состояние, ведет к аккумуляции аффекта, который может разрядиться в бурном неуправляемом аффективном взрыве. Сильные аффекты захватывают всю личность, что сопровождается снижением способности к переключению внимания, сужением поля восприятия. Аффективные проявления положительных эмоций – восторг, воодушевление, безудержное веселье; отрицательных – ярость, гнев, ужас, отчаяние. После аффекта часто наступает упадок сил, равнодушие ко всему окружающему или раскаяние в содеянном.

2. **Собственно эмоции** – более длительные и менее интенсивные состояния по сравнению с аффектами. Эмоции имеют ситуативный характер, т. е. выражают оценочное отношение человека к наличной или возможной ситуации, к своей деятельности и к своим действиям.

3. **Чувство** – одна из основных форм переживания человеком своего отношения к предметам и явлениям действительности. Оно отличается относительной устойчивостью и постоянством. Чувства человека возникают как обобщение эмоций – становление и развитие чувств выражает формирование устойчивых эмоциональных отношений. В отличие от ситуативных эмоций и аффектов, отражающих ситуативное значение предметов в конкретно сложившихся условиях, чувства выделяют явления, имеющие постоянную мотивационную значимость. Несовпадение ситуативных и устойчивых эмоциональных переживаний получило в психологии наименование *амбивалентность* чувств. Чувства – это устойчивые эмоциональные отношения, выступающие как своеобразная «привязанность» к определенному кругу явлений действительности, как стойкая направленность на них, «захваченность» ими. В регуляции поведения чувствам отведена роль ведущих эмоционально-смысловых образований личности. В процессе формирования личности чувства организуются в иерархическую систему, в которой одни из них занимают ведущее положение, соответствующее актуально действующим мотивам, другие же остаются потенциальными, нереализованными. В содержании доминирующих чувств человека проявляются мировоззренческие установки, т. е. важнейшие характеристики его личности. Наиболее распространенная классификация чувств выделяет нравственные, эстетические и интеллектуальные чувства. Выделение видов осуществлено в соответствии с конкретными областями деятельности и сферами социальных явлений, становящихся объектами чувств. Чувства данных видов называют высшими, в них заключено все богатство эмоциональных отношений человека к реальной действительности.

Нравственные (этические) чувства выражают отношение человека к другим людям, Родине, семье, самому себе.

К этим чувствам относят любовь, гуманизм, патриотизм, справедливость, достоинство и т. д. Многообразие нравственных чувств отражает многообразие человеческих отношений. Этические чувства регулируют поведение человека. Высшим нравственным регулятором поведения человека является совесть. Известно, в каких состояниях находятся люди, совершившие неэтичный поступок. Эти переживания, в основе которых лежат грех и боязнь отчуждения человека от других, предательство своего достоинства, называют «муками совести».

Интеллектуальные (познавательные) чувства порождаются познавательными отношениями человека к миру. Предметом познавательных чувств является как сам процесс приобретения знаний, так и его результат. К интеллектуальным чувствам относят интерес, любознательность, ощущение тайны, удивления. Вершиной интеллектуальных

чувств является обобщенное чувство любви к истине, которое становится огромной движущей силой, содействующей глубокому проникновению в тайны бытия.

Способность руководствоваться при восприятии явлений окружающей действительности понятиями прекрасного, любовь к красоте лежит в основе *эстетических* чувств. Эстетические чувства проявляются в художественных оценках и вкусах. Человек, наделенный развитым в процессе воспитания эстетическим вкусом, при восприятии произведений искусства, картин природы, другого человека испытывает приятные или неприятные для него эмоции, диапазон которых чрезвычайно широк – от чувства наслаждения и восторга до отвращения.

Чувства человека обусловлены его взаимоотношениями с другими людьми, они регулируются нравами и обычаями общества. Процесс формирования чувств человека неразрывно связан со всем процессом становления его внутреннего мира.

4. **Настроение** – устойчиво и относительно слабо выраженное эмоциональное состояние. Настроение определяется тем, как складываются взаимоотношения человека с окружающими, как он воспринимает события своей жизни. Настроение характеризуется положительным эмоциональным тоном (веселое, жизнерадостное, повышенное, эйфория) и отрицательным (грустное, подавленное, пониженное, дисфория, депрессия). Оно придает эмоциональную окраску всему поведению человека, выражается во всех его проявлениях. Если у человека хорошее настроение, то и восприятие чего-то, представление о чем-то имеет положительную окраску.

5. **Страсть** – сильное, глубокое, абсолютно доминирующее эмоциональное переживание. Она выражается в сосредоточенности, собранности помыслов и сил, в направленности их на единую цель. Страсть захватывает всего человека, она может быть пагубной, а может быть великой. То, что не связано с доминирующей страстью, представляется человеку второстепенным.

6. **Стресс** возникает в экстремальной ситуации, требующей от человека мобилизации нервно-психических сил. Первоначально понятие стресса (от англ. stress – давление, напряжение) возникло в физиологии для обозначения неспецифической биологической реакции организма («общего адаптационного синдрома», физиологического стресса) в ответ на любое неблагоприятное воздействие среды. Позднее оно стало использоваться и для описания эмоционально-психических состояний человека в экстремальных условиях – психологический стресс. Последний иногда еще подразделяют на стресс эмоциональный (в ситуациях угрозы, обиды, опасности) и информационный (при информационных перегрузках).

Стрессовые состояния – это особые эмоциональные состояния, возникающие в ответ на экстремальные воздействия и требующие от человека мобилизации всех ресурсов организма, в том числе и нервно-психических сил. Слабые воздействия не приводят к стрессу, так как он возникает только тогда, когда влияние стрессора превосходит приспособительные возможности человека. Небольшой уровень стресса даже полезен и необходим для любой физической или психической активности.

Основатель учения о стрессе **Г. Селье** выделил три стадии развития стресса: 1) «реакцию тревоги», во время которой мобилизуются защитные силы организма; 2) стадию сопротивления – полную адаптацию к стрессу, 3) стадию истощения, возникающую в случае, если стрессор силен и воздействует на человека продолжительное время.

Стресс является не простым нервным напряжением, а комплексной приспособительной реакцией всего организма. С точки зрения стрессовой реакции, не имеет значения, приятна или неприятна ситуация, с которой сталкивается человек. Иногда различают понятия стресса и дистресса. Если умеренный стресс не является вредным, помогает осуществлять приспособительные реакции, то дистресс есть результат чрезмерного стресса, наступающий при исчерпании адаптационных резервов и оказывающий деструктивное действие на организм.

Типичными тяжелыми стрессорами являются боевые действия, природные и транспортные катастрофы, несчастный случай, присутствие при насильственной смерти других, разбойное нападение, пытки, изнасилование, пожар. Болезненные психические реакции на воздействие тяжелых стрессоров называются посттравматическими стрессовыми расстройствами.

Следует отметить, что стрессогенные раздражители необязательно должны существовать в реальности. Человек реагирует не только на действительную опасность, но и на угрозу или напоминание о ней. Некоторые реальные, но неопасные раздражители могут иметь стрессогенное значение в силу неадекватной интерпретации с приписыванием им угрожающих свойств. Отсюда понятно, что большей частью стресс в жизни человека инициируется и продуцируется им самим. Все зависит от того, как он реагирует на свое окружение и социально значимые стимулы.

Близким по своим проявлениям к стрессу является состояние *фрустрации* (от лат. frustratio – «обман», «расстройство», «разрушение планов»). Фрустрационное состояние возникает при объективных или субъективных трудностях, испытываемых человеком на пути к цели. Фрустрация сопровождается гаммой отрицательных эмоций (озлобленностью, подавленностью, агрессией), которые в состоянии дезорганизовать поведение и сознание человека.

9.3. Эмоциональные свойства личности

Характеристики эмоционального реагирования, постоянно и ярко проявляющиеся у человека, являются его эмоциональными свойствами и определяют его эмоциональность. В обыденном, житейском смысле эмоциональность понимается в двух значениях. Во-первых, эмоциональным называют человека, бурно реагирующего на обстоятельства: вспыльчивого, необузданного или восторженного, жизнерадостного. Во-вторых, так говорят о человеке впечатлительном, тонко чувствующем, легко ранимом.

Эмоциональность трактуется как совокупность свойств человека, характеризующих содержание, качество и динамику его эмоций и чувств. Содержательные аспекты эмоциональности определяются теми явлениями, ситуациями и событиями, которые имеют особую значимость для субъекта. Они связаны со стержневыми параметрами личности: ее мотивационной направленностью, мировоззрением, системой ценностей и базовых представлений и т. п. Качественные характеристики эмоциональности описывают отношение индивида к явлениям действительности. Они выражаются в знаке и модальности доминирующих эмоций. К динамическим свойствам эмоциональности относятся особенности возникновения, протекания и прекращения эмоциональных процессов и их внешнего выражения.

На вопрос о том, является ли эмоциональность врожденным или приобретенным свойством, нельзя ответить однозначно. Еще И. П. Павлов считал, что различия в

эмоциональности животных или людей зависят от типа нервной системы и влияний, испытывавшихся с момента рождения.

Большинство психологов выражают согласие с тем, что эмоциональность следует рассматривать в качестве одной из центральных составляющих темперамента, и таким образом подтверждают мысль о том, что эмоциональность в некоторой степени определяется наследственными, врожденными, генетически закрепленными предпосылками

Эмоциональность имеет сложную структуру. К ее основным компонентам относятся:

эмоциональная возбудимость, под которой понимают готовность эмоционального реагирования на значимые для человека раздражители. При повышенной эмоциональной возбудимости функциональный уровень деятельности изменяется в ответ на более слабые внешние и внутренние воздействия. Возбудимость может проявляться в таких особенностях поведения, как вспыльчивость, раздражимость. К эмоциональной возбудимости близка эмоциональная отзывчивость, восприимчивость. Эмоциональная отзывчивость как устойчивое свойство индивида проявляется в легком, быстром и гибком эмоциональном реагировании на различные воздействия – социальные события общение, окружающих людей;

сила эмоций. Функция этого свойства – энергизация деятельности в зависимости от удовлетворения или неудовлетворения мотивов. Некоторые люди могут испытывать чувства такой силы и интенсивности, на которые другие оказываются неспособными;

эмоциональная устойчивость сопротивление действию эмоциогенных факторов, контроль импульсов и влечений, терпеливость, ведущие к стабильности деятельности. Эмоциональную устойчивость субъекта определяют два фактора: 1) время появления эмоционального состояния при длительном или постоянном действии эмоциогенного фактора – чем позднее появляются эмоции, тем выше устойчивость; 2) сила эмоциогенного воздействия – чем больше должна быть сила воздействия, тем выше эмоциональная устойчивость;

эмоциональная лабильность подвижность эмоций, благодаря которой человек быстро реагирует на смену ситуаций и обстоятельств, свободно выходит из одних эмоциональных состояний и входит в другие. Слишком выраженная лабильность эмоций может осложнить отношения с окружающими, так как личность проявляет себя как импульсивная, реактивная, плохо управляющая собой и своими состояниями. Лабильности противопоставляется эмоциональная ригидность, которая характеризуется «вязкостью» эмоций, их стабильностью трудностью переключения с одних эмоций на другие. Даже в случае изменения эмоциогенных ситуаций и обстоятельств человек продолжает переживать вызванные ими эмоции;

тревожность эмоциональная возбудимость в угрожающей ситуации, склонность к переживанию тревоги, характеризующаяся низким порогом возникновения реакции тревоги. Тревога определяется как переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагоприятного, предчувствием грядущей опасности. В отличие от страха как реакции на реальную опасность тревога есть осознаваемое эмоциональное состояние без конкретного содержания, переживание неопределенной, диффузной, безобъектной угрозы. Стимулы или условия, порождающие тревогу, индивиду неизвестны. В состоянии тревоги интенсивность эмоциональной реакции на стрессовую ситуацию непропорционально выше величины объективной опасности.

Тревогу обычно подразделяют на реактивную (тревогу как состояние) и личностную тревожность. Тревога как состояние – это неприятное эмоциональное состояние, которое характеризуется ощущением напряжения, беспокойства, мрачных предчувствий. Тревожность как черта личности – это склонность индивида испытывать состояние тревоги.

Общая эмоциональная направленность личности, проявляющаяся в том, какие эмоции оказываются наиболее близкими человеку, наиболее желательными и устойчивыми, обуславливает избирательность отношения субъекта к явлениям природы и искусства, жизненным ситуациям и окружающим его людям.

9.4. Волевая регуляция деятельности

В повседневной жизни обычно не бывает затруднений в определении явлений, которые относятся к проявлениям воли. К волевым относят все действия и поступки, которые совершаются не по внутреннему желанию, а по необходимости, а также те действия, которые связаны с преодолением различных жизненных трудностей и препятствий. Кроме того, имеется целый ряд свойств личности, которые традиционно обозначаются как волевые: настойчивость, выдержка, целеустремленность, терпение и др.

В научной психологии подобной ясности нет, понятие воли является одним из наиболее сложных в психологической науке. Более того, проблема воли часто вовсе отрицается – вместо нее обсуждается регуляция поведения в связи с потребностями, мотивами, желаниями и целями человека. В рамках мотивационного подхода воля рассматривается как способность к инициации действия или усилению побуждения к действию при его дефиците вследствие внешних и (или) внутренних препятствий, отсутствия актуально переживаемого желания к действию либо при наличии конкурирующих с выполняемым действием мотивов.

Воля трактуется исследователями и как самостоятельный психический процесс, и как аспект большинства иных психических процессов и явлений, и как уникальная способность личности произвольно контролировать свое поведение. Сложность научного осмысления воли объясняется тем, что она тесно связана с предельно сложным психологическим явлением – сознанием – и выступает одним из его важнейших атрибутов. Будучи тесно связанным также и с мотивационной сферой личности, воля представляет собой особую произвольную форму активности человека.

В самом общем виде понятие **воли** может быть определено как сознательное регулирование человеком своего поведения и деятельности, связанное с преодолением внутренних и внешних препятствий.

Волевые процессы обеспечивают выполнение двух взаимосвязанных функций: побудительной и тормозной. Первая – *побудительная* – непосредственно связана с мотивационными факторами и заключается в иницировании того или иного действия, деятельности по преодолению объективных и субъективных препятствий. Воля представляет собой особую форму активности человека. В отличие от реактивности, когда действие возникает в ответ на внешнюю ситуацию (человека окликнули – он оборачивается), волевая активность порождает действие исходя из внутреннего состояния субъекта, его желаний и целей.

Поведение, представляющее собой совокупность реактивно-импульсивных ответов на стимулы окружающей среды, в психологии называют *полевым*. Полевое поведение можно

наблюдать у детей раннего возраста, а также при некоторых нарушениях психической деятельности взрослых. В отличие от непреднамеренного полевое поведения собственная активность личности произвольна и целенаправленна. Она надситуативна, т. е. выходит за пределы заданного наличной ситуацией, связана с постановкой целей, избыточных по отношению к исходной задаче.

Вторая функция волевых процессов – *тормозная* – состоит в сдерживании мотивов и желаний, несогласующихся с главными целями деятельности, идеалами, ценностями, взглядами, мировоззрением личности. В своем единстве тормозная и побудительная функции воли обеспечивают преодоление трудностей на пути к достижению цели, т. е. обеспечивают волевую регуляцию поведения человека.

Волевые действия реализуются в волевых актах, имеющих определенную структуру и содержание. Волевые акты могут быть простыми и сложными. В *простом волевом акте* побуждение к действию переходит в само действие почти автоматически. В *сложном волевом акте* действию предшествуют учет его последствий, осознание мотивов, принятие решения, намерение его осуществить, составление плана осуществления. Таким образом, структуру сложного волевого акта образуют следующие основные этапы: 1) возникновение мотивов деятельности; 2) борьба мотивов; 3) решение о действии; 4) исполнение принятого решения. Нередко 1-й, 2-й и 3-й этапы объединяют, называя эту часть волевого действия *подготовительным звеном*, 4-й этап является при этом *исполнительным звеном*.

Мотивирование есть актуализация побуждения с осознанием и постановкой цели, на достижение которой направляется данное действие. Целью при этом является желаемый или предполагаемый результат действия, направленного на предмет, при помощи которого человек намерен удовлетворить ту или иную потребность.

Ситуация борьбы мотивов как конкретных побудителей действия (одно желание противопоставляется другому, сталкивается с ним) может требовать от человека овладения своим поведением, заставляет приложить соответствующие усилия для ее осмысливания. Борьба мотивов тем сильнее, чем более весомы противоборствующие мотивы, чем более равными по своей силе и значимости они являются для человека.

Возможные пути и средства достижения цели соотносятся с имеющейся у человека системой ценностей, включающей убеждения, чувства, нормы поведения, ведущие потребности. Этап борьбы мотивов и выбора путей достижения цели является центральным в сложном волевом акте. Оценив ситуацию, взвесив различные мотивы и возможные последствия своих действий, человек принимает решение. При этом он ставит перед собой конкретную задачу и составляет план действия. Этот этап характеризуется спадом внутреннего напряжения, которое сопровождало борьбу мотивов. Волевое действие заканчивается исполнением принятого решения.

Этап осуществления принятого решения, однако, не освобождает человека от необходимости прилагать волевые усилия, и порой не менее значительные, чем при выборе цели действия или способов его исполнения, поскольку практическое осуществление намеченной цели также сопряжено с преодолением препятствий. Продолжительность каждого из этапов в разных случаях различна, и четких переходов между ними не существует.

В большинстве случаев принятие решения и волевое поведение в целом связаны с большим внутренним напряжением, иногда приобретающим стрессовый характер.

Наличие волевого усилия, переживаемого субъектом, является очень характерной особенностью волевого акта.

Следует отметить, что понятие *«волевая регуляция деятельности и поведения»* используется в психологии в двух основных значениях. В первом (широком) значении данным понятием, по существу, охватывается произвольная регуляция в целом. В этом случае под ним понимается высший, т. е. произвольно контролируемый, осознаваемый уровень регуляции поведения и деятельности. Во втором (узком) значении волевая регуляция деятельности и поведения ограничивается специфическими формами организации и регуляции поведения и деятельности в сложных, часто критических условиях.

В волевых действиях личность и ее психические процессы проявляются, формируются и развиваются. В связи с этим выделяют еще одну функцию воли – генетическую. Она способствует повышению уровня осознанности и организованности других психических процессов, а также формированию так называемых волевых свойств личности: самостоятельности, решительности, настойчивости, самообладания, целеустремленности и др.

9.5. Волевые свойства личности

В процессе жизненной практики из проявлений воли в отдельных поступках складывается волевая организация личности. Волевые свойства становятся неотъемлемым признаком личности. Формирование этих свойств связано с типом нервной деятельности человека, а также с теми требованиями, которые предъявляет к нему социальное окружение, с условиями жизнедеятельности. Важную роль в развитии волевых характеристик личности играет воспитание, влияние родителей и значимых взрослых. В психологии выделяют следующие волевые свойства личности:

целеустремленность – волевое свойство личности, проявляющееся в подчинении человеком своего поведения устойчивой жизненной цели, целевая направленность принимаемых решений и их исполнения;

решительность – волевое свойство личности, которое проявляется в быстром и продуманном выборе цели и определении способов ее достижения. Решительность необходима особенно в сложных ситуациях, связанных с риском. Противоположность этому качеству – *нерешительность*;

смелость – способность к преодолению страха и растерянности, учитывая грозящие опасности. Смелый человек осознает свои возможности и достаточно продумывает действия;

настойчивость – волевое свойство личности, которое проявляется в способности доводить до конца принятые решения, достигать поставленные цели. От настойчивости следует отличать упрямство, где признается лишь собственное мнение, хотя оно может быть и ошибочным;

выдержка (самообладание) – волевое свойство личности, которое проявляется в способности сдерживать психические и физические проявления, мешающие достижению цели. Противопоставляется *импульсивности* склонности действовать по первому побуждению, поспешно, не обдумывая своих поступков;

мужество – сложное волевое свойство личности, предполагающее наличие не только смелости, но и настойчивости, выдержки, уверенности в себе. Это не кратковременное состояние, а длительное систематическое преодоление внутренних и внешних трудностей при решении больших и сложных жизненно важных задач;

инициативность – волевое свойство, благодаря которому человек действует творчески, это отвечающая времени и условиям активная и смелая гибкость действий и поступков человека;

самостоятельность – волевое свойство, проявляющееся в умении самостоятельно ставить цели, находить пути их достижения и выполнять принятые решения. Противоположное качество – *внушаемость*. Внушаемый человек легко поддается чужому влиянию, не умеет критически относиться к чужим советам и противостоять им;

дисциплинированность – это волевое свойство личности, заключающееся в сознательном подчинении своего поведения общественным правилам и нормам.

Вопросы для самопроверки

1. Что такое эмоции, чем они отличаются от чувств?
2. Какие функции выполняют эмоции в жизни человека?
3. Каковы основные виды и формы эмоций?
4. Что понимают в психологии под эмоциональностью личности?
5. Что такое волевые процессы и каковы их основные функции?
6. Какие волевые свойства личности принято выделять в психологии?

Литература

Основная

1. *Нуркова В.В., Березанская Н.Б.* Психология: Учебник. М., 2004. Гл. 5.

Дополнительная

1. *Иванников В.А.* Психологические механизмы волевой регуляции. М., 1998.
2. *Изард К.Е.* Психология эмоций. СПб., 1999.
3. *Ильин Е.П.* Психология воли. СПб., 2000.
4. *Ильин Е.П.* Эмоции и чувства. СПб., 2001.

Тема 10. Психология личности

10.1. Теории личности в зарубежной психологии

Психология личности – это раздел науки, позволяющий понять суть человеческой природы и индивидуальности. Современная психология не может сегодня предложить единого, общепринятого определения личности. Причина этого кроется в сложности и разнообразии того явления, которое понимается личностью. Большое число различных концепций и гипотез о природе и механизмах развития личности объединены в основные **теории личности**. В зарубежной психологии активно развиваются несколько теорий личности, наиболее значимыми из которых называют следующие пять: психодинамическая, феноменологическая, диспозициональная, поведенческая, когнитивная.

Психодинамические теории личности. Основные принципы психодинамической теории личности были сформулированы **З. Фрейдом** в рамках созданной им теории, которую называют «классический психоанализ». По мнению Фрейда, главным движущим фактором развития личности являются врожденные инстинкты, все многообразие которых объединено в две основные группы инстинкты жизни (Эрос) и инстинкты смерти (Танатос). Наиболее значимыми для развития личности Фрейд считал сексуальные инстинкты, энергию сексуальных инстинктов он назвал *либидо*. Впоследствии Фрейд стал употреблять термин «либидо» для обозначения энергии жизненных инстинктов в целом.

Фрейд выделил три основные структуры личности: Оно (Id), Я (Ego) и Сверх-Я (Superego). Оно представляет собой источник всей побудительной энергии, которая необходима для жизненной активности человека. Эта энергия изначально присуща сексуальным и агрессивным влечениям, которые составляют существенную часть Оно. Основным принципом функционирования Оно – принцип удовольствия, Оно ищет наслаждения и избегает боли, стремится к немедленной и тотальной разрядке. Полная противоположность Оно – *Сверх-Я*, которое представляет систему ценностей, норм и правил поведения, принятых в обществе, а также идеалы и наказания, которых человек ожидает, если правила будут нарушены. Эго – это подструктура личности, ответственная за принятие решений. Эго, функционируя в соответствии с принципом реальности, стремится удовлетворить желания Оно, согласовав их с требованиями Сверх-Я.

Оно, Я и Сверх-Я находятся в постоянной борьбе, сильные конфликты между этими структурами могут приводить к психическим и соматическим заболеваниям.

Важным этапом в истории психодинамического направления стало появления нескольких новых теорий, авторы которых, каждый по-своему, пытались пересмотреть классическую теорию Фрейда. Наиболее яркими представителями психоаналитического движения, которые критиковали Фрейда и создали свои собственные теории личности, были **А. Адлер** и **К. Г. Юнг**. А. Адлер подчеркивал целостность, креативность и самоопределяющуюся сущность человека, движущей силой развития которого является стремление к превосходству, к компенсации чувства неполноценности, пережитого в детстве. Каждый человек вырабатывает свой уникальный стиль жизни, в рамках которого он стремится к достижению своих жизненных целей. Чтобы понять человека необходимо понять его стиль жизни. Адлер видел человека не только как нечто цельное само по себе, но и как часть большей целостности: семьи, круга друзей, знакомых, общества, человечества, – принадлежность к которой определяется его социальным интересом.

В отличие от Фрейда К. Г. Юнг рассматривал либидо как творческую жизненную энергию, которая может способствовать постоянному личностному росту. В личности Юнг выделял три структуры: эго, личное и коллективное бессознательное. В эго представлено все, что человек осознает. Личное бессознательное содержит подавленные и вытесненные из области сознания переживания, а также скопления комплексов,

представляющих собой связки мыслей и чувств. Коллективное бессознательное состоит из архаичных, изначальных элементов – архетипов, в которых заключен опыт всего человечества, предрасполагающий к реагированию определенным образом на то, что происходит с человеком.

Феноменологическая теория личности. Феноменологическое направление подчеркивает идею о том, что поведение человека можно понимать только в терминах его субъективного восприятия и познания действительности. Этот подход исходит из того, что объективная действительность есть реальность, сознательно воспринимаемая и интерпретируемая человеком в данный момент времени. Другой важный тезис, лежащий в основе данного подхода, заключается в том, что человек способен сам определять свою судьбу, он свободен в принятии решений относительно своей жизни и в то же время несет полную ответственность за то, что он собой представляет. Третье положение феноменологического подхода отражает позитивную природу человека и его стремление к самореализации, развитию, совершенствованию.

Наиболее последовательно феноменологический подход прослеживается во взглядах американского психолога **К. Роджерса**. Он считал, что люди – это позитивные и разумные создания, искренне желающие жить в гармонии с собой и другими. Движущая сила развития личности, согласно Роджерсу, – тенденция к актуализации, т. е. стремление сохранить и развить себя, максимально выявить лучшие свои качества, заложенные природой.

Диспозиционная теория личности. Данное направление часто называют теорией черт, так как его представители предполагали, что люди обладают некими предрасположенностями (диспозициями) к реагированию определенным образом на различные ситуации, эти диспозиции были названы **чертами**. Другими словами люди постоянны в своих действиях, мыслях и чувствах вне зависимости от обстоятельств, событий и жизненного опыта. Каждая личность уникальна, понять ее можно через описание ее конкретных черт. Наиболее влиятельными представителями данного направления считают **Гордона Олпорта** (1897–1967), **Ганса Айзенка** (1916–1997) и **Раймонда Кэттелла** (1905–1998).

Поведенческие теории личности. Это направление иногда называют теориями научения, так как его основным тезис – утверждение о том, что личность – это то, что человек приобрел в жизни, то, чему он научился. Главным источником развития личности является среда в широком смысле слова, а в качестве основных элементов личности выступают рефлексы и социальные навыки. В поведенческих теориях личности выделяют два основных направления. Первое представлено работами известных американских психологов Дж. Уотсона и Б. Скинера, в которых изложены основные идеи классического бихевиоризма, согласно которым поведение человека детерминировано внешними обстоятельствами и может быть описано с помощью формулы: $S?R$. По мнению представителей второго направления, поведение человека регулируется не столько внешними, сколько внутренними факторами, такими как цели, ожидания, самовосприятие. Представители этого направления – **Альберт Бандура** и **Джулиан Роттер**.

Когнитивные теории личности. Основателем этого подхода был американский психолог **Дж. Келли** (1905–1967). Он считал, что человек – это исследователь, пытающийся понять, что с ним происходит, и предсказать, что с ним произойдет в будущем. В связи с этим на поведение человека большое влияние оказывают когнитивные и интеллектуальные процессы. Человек воспринимает и интерпретирует мир с помощью определенных моделей, которые Келли назвал **конструктами**. Личность – это

организованная система важных конструкторов, т. е. личность – это то, как человек воспринимает и истолковывает свой жизненный опыт. Дружба, любовь, нормальные взаимоотношения возможны только тогда, когда люди имеют сходные конструкторы.

Все перечисленные выше теории личности пытаются ответить, пожалуй, на самый сложный вопрос современной науки: что такое человек, каковы его сущность и движущие силы его развития и т. д. И каждая из них представляет свое видение, свой фрагмент общей картины того сложного и целостного, что называется личностью.

10.2. Проблема личности в психологии

Человек – самое непостижимое явление из всего существующего в мире и наиболее интересный предмет для себя самого. Он представляется существом многосторонним, многомерным и сложно организованным. Понимание сущности человеческой субъективности возможно только с позиций целостного, системного и историко-эволюционного подходов. В отечественной психологии традиционно утвердились три основные понятийные категории, отражающие три аспекта существования человека: «индивид», «личность», «индивидуальность». Наиболее последовательно такое различие проведено в работах А.Н. Леонтьева.

1. Человек как *индивид* предстает в своих природных, биологических особенностях, т. е. как существо материальное, природное, телесное в его целостности и неделимости. Познание человека как индивида предполагает рассмотрение природных основ его жизни, его психологии.

Человек как индивид – это природное существо, испытывающее так называемые органические потребности: в пище, тепле, отдыхе и т. д. Форма, строение, функционирование человеческого тела есть продолжение эволюционного ряда; оно во многом сходно с организмом высших приматов. В то же время человек качественно отличается от всех других живых существ. Н.А. Бердяев, русский религиозный философ, писал: «Человек – есть принципиальная новизна в природе. Тело человека – культурное тело, оно одухотворено и подчинено высшим целям человека». Даже человеческие органические потребности принципиально отличаются от потребностей животных: они удовлетворяются иными предметами, иными способами, являются культурно обусловленными. Принципиальное отличие человека состоит в свободном отношении к переживаниям органических потребностей. С помощью воли человек может блокировать ощущение голода и жажды, преодолевать чувство страха и боли, если это необходимо для достижения личностно значимых целей.

В основе понятия «индивид», согласно А.Н. Леонтьеву, лежит факт неделимости, целостности и особенности каждого человека, возникающих уже на ранних ступенях развития жизни. «Индивидом рождаются».

2. *Личность* – одна из базовых категорий психологической науки и одно из наиболее широко применяемых понятий. Традиционно в психологии в это понятие вкладываются представления о наиболее развитом уровне человеческой субъективности. Реальность, которая описывается термином «личность», проявляется уже в этимологии. Словом «личность» (persona) первоначально обозначалась маска, надевавшаяся актером древнегреческого театра. Постепенно понятие личности наполнялось все большим многообразием смысловых значений, оттенки и диапазон которых в определенной мере специфичны для каждого конкретного языка. В русском языке слово «личность» близко

слову «личина», которое, согласно В.И. Далю, обозначает исполнение чужой роли, притворную внешность, общественное лицо, обращенное к окружающим.

Таким образом, в значении слова «личность» можно выделить два основных смысла. Первый, наиболее очевидный смысл – несоответствие собственных характеристик человека с содержанием роли, которую он исполняет. Второй – социальная типичность исполняемой роли, ее открытость другим людям.

Представления о личности как о системе ролевого поведения, обусловленного совокупностью устойчивых социальных ожиданий со стороны ближайшего окружения, нашли отражение в так называемой *ролевой теории личности*. В отечественной психологии эта теория подвергается резкой критике. Действительно, человек в обществе включен во множество различных социальных групп (в их числе семья, учебная группа, рабочий коллектив, дружеская компания и т. д.) В каждой группе он занимает определенное положение, обладает неким статусом, к нему предъявляются определенные ожидания. Таким образом, один и тот же человек должен вести себя по-разному в разных ситуациях, т. е. выступать в разных ролях. Однако личность – это именно то, что позволяет сохранить целостность своего «Я». Личность – это не структура ролей, а человек, жизнь которого не сводится к исполнению заданных ролей.

Несмотря на то что личность является центральной и обобщающей категорией психологии, единого определения этого понятия не выработано. Ни одно из множества определений личности, существующих в психологической науке, не может быть признано всеобъемлющим и бесспорным. Обобщая многообразие взглядов на природу и механизмы личностного развития, можно выделить некоторые общие моменты:

1) личность – это особое качество или характеристика человека, которое приобретает индивидом в обществе, в совокупности тех общественных по своей природе отношений, в которые он включается. Если индивидом рождаются, то личностью становятся;

2) личность характеризует человека со стороны его общественных связей и отношений, т. е. взаимосвязей с другими людьми. А.Н. Леонтьев называл личность «сверхчувственным образованием», т. к. эти связи и отношения с другими людьми составляют особую реальность, недоступную непосредственному восприятию.

Следовательно, понятие личности в психологии обозначает особый способ существования человека – существование его как члена общества, как представителя определенной социальной группы;

3) сущность личности заключается в способности человека действовать свободно, самостоятельно и ответственно. Личностное поведение – это поведение по собственному свободному выбору;

4) личность – это не раз и навсегда сформированное качество, а постоянное развитие.

3. **Индивидуальность** (от лат. *individuum* – неделимое) – высший уровень интеграции человека по отношению к индивидууму и личностному уровням. Индивидуальность одновременно фиксирует своеобразие и неповторимость человека как индивида и как личности. Развитие индивидуальности – это жизненный путь человека.

10.3. Индивидуальные свойства личности

В понятии индивида содержится указание на подобие человека всем другим людям, на его общность с человеческим родом. Специфика человеческой индивидуальности опосредована всей историей вида *Homo sapiens*, которая преломилась в наследственной программе. С момента своего рождения индивид является носителем специфически человеческой биологии, сформированной предшествующим развитием в филогенезе.

Индивидуальные свойства человека интересуют психологию в той мере, в какой они проявляются в становлении, развитии и функционировании человеческой личности. Природные, телесные свойства человека составляют *предпосылку* и *условия* развития его внутреннего мира, формирования специфически человеческих способностей.

Классификация природных свойств человека наиболее полно описана Б.Г. Ананьевым.

Первичный уровень проявления индивидуальных свойств:

1. Класс возрастно-половых свойств:

– *возрастные свойства*, последовательно развертывающиеся в процессе становления индивида,

– *половой диморфизм* – фундаментальное разделение органических свойств человека на две качественно разные формы: мужскую и женскую. Половой диморфизм – это физическое различие между полами, обусловленное биологически. Изучение полового диморфизма и его проявлений в различных сферах поведения личности представляет интерес для психологии половых различий. Биологический пол индивида является предпосылкой становления психологического пола человека, однако не определяет его однозначно. Становление половой идентичности человека – одно из проявлений его социализации;

2. Индивидуально-типические свойства индивида:

– *конституциональные особенности*: телосложение и биохимическая индивидуальность,

– *нейродинамические свойства мозга, функциональная организация мозговой деятельности*.

Вторичный уровень индивидуальных свойств представляет результат взаимодействия свойств первичного уровня и включает в себя *динамику психофизиологических функций* (сенсорных, мнемических и т. д.) и *структуру органических потребностей*;

Высший уровень интеграции индивидуальных свойств человека: *темперамент и задатки*.

Основная форма развития этих свойств – онтогенетическая эволюция, осуществляющаяся по определенной филогенетической программе, но постоянно изменяющаяся под влиянием социальной истории человечества. По мере развертывания самих онтогенетических стадий усиливается фактор индивидуальной изменчивости, что связано с активным воздействием социальных свойств личности на структурно-динамические особенности индивида.

Темперамент – одна из основных индивидуальных характеристик. Под *темпераментом* понимают динамические характеристики психической деятельности. Выделяют три сферы

проявления темперамента: общую активность, особенности моторной сферы и свойства эмоциональности:

общая активность определяется интенсивностью и объемом взаимодействия человека с окружающей средой – физической и социальной. По этому параметру человек может быть инертным, пассивным, спокойным, инициативным, активным, стремительным и т. д.

особенности моторной сферы можно рассматривать как частные выражения общей активности. К ним относятся темп, быстрота ритм и общее количество движений и т. д.

эмоциональность: впечатлительность, чувствительность и импульсивность.

Родоначальниками учения о темпераментах были врачи Н. Гиппократ и К. Гален. Они создали, в сущности, гуморальную (от лат. humor – влага, сок) теорию темперамента. Само слово «темперамент» означает «надлежащее соотношение частей». Древнегреческий врач Гиппократ полагал, что у одних людей в теле преобладает желчь (chole), у других – больше всего крови (sanguinis), у третьих – особенно много слизи (phlegma) и, наконец у четвертых – наибольшее количество черной желчи (melanos chole).

К. Гален выделил четыре типа темперамента, которые в наше время рассматриваются как основные: холерик (бурный, порывистый, горячий и резкий), сангвиник (живой, подвижный, эмоциональный и отзывчивый), флегматик (спокойный, вяловатый, медлительный и устойчивый) и меланхолик (грустный, подавленный, робкий и нерешительный).

Попытка установить связь между строением тела индивида и его темпераментом была предпринята немецким психиатром **Э. Кречмером**. В своей работе «Строение тела и характер» он утверждал, что каждой конституции соответствует определенный психологический склад человека. На основе клинических наблюдений он пришел к установлению связи между типами телосложения и типами характера. Э. Кречмер выделял три основных типа телосложения и три соответствующих им типа темпераментов.

1. *Астенический тип* конституции характеризуется длинной и узкой грудной клеткой, длинными конечностями, слабой мускулатурой, удлинённым лицом и соответствует *шизоидному* темпераменту. Шизотимики – это аутичные люди, т. е. погруженные в себя, замкнутые, проявляющие склонность к чрезмерной абстракции и плохо приспособляющиеся к окружению.

2. *Пикнический тип* конституции (греч. pyknon – толстый, плотный) характеризуется широкой грудью, коренастой, широкой фигурой, полнотой, круглой головой, короткой шеей и соответствует *циклоидному* (циклотимическому) темпераменту. Циклотимики общительны, реалистично смотрят на мир и склонны к перепадам настроения от постоянно повышенного, веселого состояния духа у маниакальных субъектов до постоянно сниженного, печального – у депрессивных.

3. *Атлетический тип* конституции (греч. athlon – борьба, схватка) характеризуется сильной мускулатурой, пропорциональным телосложением, широким плечевым поясом, узкими бедрами и соответствует *эпилептоидному* темпераменту. Эпилептоиды выражают эмоции сдержанной мимикой и жестами, внешне спокойны и невозмутимы, но временами бывают подвержены неадекватным поводам вспышкам гнева и ярости. Они отличаются

невысокой гибкостью мышления, мелочны и трудно приспосабливаются к перемене обстановки.

К конституциональным теориям относится также концепция американского психолога У. Шелдона, который выделяет три основных типа соматической конституции: *эндоморфный* (с преобладающим развитием внутренних органов, слабым мешковатым телосложением и избытком жировой ткани), *мезоморфный* (с развитой мышечной тканью, сильным крепким телом) и *эктоморфный* (с хрупким телосложением слабой мускулатурой, длинными руками и ногами), которым соответствуют три типа темперамента: висцеротония, соматотония и церебротония.

Конституциональные типологии Э. Кречмера и У. Шелдона и предпринимаемые в них попытки связать тип телосложения с психологическими особенностями индивида критиковались за стремление напрямую связать тип телосложения, обусловленный генотипически, с характером и темпераментом человека, т. е. с психологическим складом личности.

Нельзя отрицать связи типов телосложения с определенными чертами характера и социальным поведением индивида. Однако не следует искать природу этой связи в наследственной обусловленности. Сами по себе особенности телосложения не определяют развитие психических качеств человека. Они могут выступать как органические предпосылки, влияющие на становление психических особенностей, и реально проявляют свое влияние в системе межличностных отношений носителей телесных качеств.

Например, в исследованиях было выявлено, что три соматотипа У. Шелдона (эндоморфный, мезоморфный, экто-морфный) обладают в глазах подростков неодинаковой привлекательностью. Наиболее привлекателен мезоморфный, а наименее – эндоморфный тип. Со стройным, мускулистым телом подростки ассоциируют качества вожака, спортивность, активность. Полный подросток, напротив, является предметом их насмешек. Такие подростки редко занимают ведущее положение среди сверстников, имеют меньше возможностей выбора друзей и чаще испытывают потребность в поддержке.

И.П. Павлов обратил внимание на зависимость темперамента от типа нервной системы. Изучая три основных параметра процессов возбуждения и торможения (сила – слабость, уравновешенность – неуравновешенность, подвижность – инертность) и большое число их возможных сочетаний в природе, он установил четыре наиболее ярко выраженных типа нервной системы, три из которых – сильные (безудержный, живой, спокойный) и один – слабый. Их проявления в поведении Павлов поставил в прямую связь с античной классификацией темперамента. Сильный, уравновешенный, подвижный тип нервной системы рассматривался им как соответствующий темперамент *сангвиника*; сильный, уравновешенный, инертный – темперамент *флегматика*; сильный, неуравновешенный – темперамент *холерика*; слабый – темперамент *меланхолика*.

О силе нервной системы у человека говорят его высокая работоспособность, достаточная степень сдержанности в выражении чувств, умение ждать и выслушивать других, инициатива и настойчивость в достижении цели. О слабости нервной системы свидетельствуют противоположные свойства, т. е. повышенная утомляемость, недостаточная инициативность, внушаемость, плаксивость, боязливость.

Уравновешенность нервных процессов проявляется в отсутствии склонности к раздражительности, колебаний настроения и аффективных вспышек. Неуравновешенность – в неспособности к ожиданию и нарушениях сна.

Подвижность нервных процессов определяется быстротой привыкания к новой обстановке, мыслительной подвижностью, живостью моторики и речевой артикуляции, быстротой засыпания и пробуждения.

Отечественные психологи (*Б.М. Теплов, В.Д. Небылицин, В.С. Мерлин* и др.) отмечают, что первостепенное научное значение работ И.П. Павлова заключается в выяснении роли свойств нервной системы как первичных и самых глубоких параметров психофизиологической организации индивидуума. Однако современные исследования показывают, что сама структура свойств нервной системы как нейрофизиологических измерений темперамента много сложнее, а число комбинаций этих свойств значительно больше, чем это предлагалось И.П. Павловым.

Современные представления о темпераменте позволяют определить его как формально-динамическую характеристику поведения человека, проявляющуюся в общей активности взаимодействия человека с окружающим миром и эмоциональном отношении к его процессу и результатам.

В.М. Русалов выделяет семь критериев темперамента:

- 1) зависимость от содержания деятельности и поведения, т. е. отражение их формального аспекта (независимость от смысла, мотива, цели и т. д.);
- 2) характеристика мера динамического напряжения и отношения человека к миру, людям, себе, деятельности;
- 3) универсальность и проявление во всех сферах деятельности;
- 4) раннее проявление в детстве;
- 5) устойчивость в течение длительного периода жизни человека;
- 6) высокий уровень корреляции со свойствами нервной системы и свойствами других биологических подсистем (гуморальной, телесной и т. д.);
- 7) наследуемость.

Из понимания темперамента как формально-динамической характеристики психического следует, что нет «хороших» и «плохих» темпераментов, каждый темперамент в конкретных видах деятельности имеет как свои достоинства, так и недостатки.

Темперамент, являя собой индивидуальные свойства личности, оказывает существенное влияние на формирование характера и поведения человека. Темперамент является динамической стороной характера, его физиологической основой.

10.4. Характер и способности

Характер – это целостное образование личности, определяющее особенности деятельности и поведения человека и характеризующееся устойчивым отношением к различным сторонам деятельности.

В характере выражаются наиболее типичные, существенные особенности человека, знание которых позволяет в какой-то мере предвидеть, как человек будет поступать в тех или иных случаях. Становление характера происходит в условиях включения личности в различные по уровню развития социальные группы (семью, дружеские компании, трудовой или учебный коллектив и т. д.). Характер обусловлен общественным бытием личности, усвоением социального опыта, формированием определенной системы отношений человека к действительности и самому себе. Типические черты характера определяются типическими обстоятельствами жизненного пути человека в конкретных исторических условиях.

Характер в узком смысле слова определяется как совокупность устойчивых свойств индивида, в которых выражаются способы его поведения и способы эмоционального реагирования.

В переводе с греческого «характер» означает «печать», «чеканка». Выражение «это характерно для него» означает, что определенные действия и поступки человека являются для него типичными, закономерными. Характер человека как бы накладывает определенный отпечаток на его поведение и взаимоотношения с другими людьми. В характере сосредоточиваются самые выраженные, самые существенные особенности человека как субъекта деятельности, общения, познания.

К характеру, однако, относятся не все устойчивые свойства, которые выделяются и закрепляются в человеке. В него включаются только те свойства, которые выражают отношение человека к основным сторонам жизни и деятельности. Характер проявляется в том, что человек делает, и в том, как он это делает, т. е. характер может выразиться как в содержании, так и в форме поведения.

Когда даются оценки характера и личности одного и того же человека, то эти оценки могут не только не совпадать, но и быть противоположными по знаку: человек может быть выдающейся личностью с достаточно сложным или плохим характером. Черты личности принято подразделять на мотивационные и инструментальные. Мотивационные побуждают, направляют и поддерживают деятельность, а инструментальные придают ей определенный стиль. Характер относится к инструментальной сфере личности. От него больше зависит не содержание, а манера выполнения деятельности. Правда, следует иметь в виду, что между мотивационными и инструментальными сферами не существует четкой границы. Характер может проявляться и в выборе цели действия, однако когда цель определена, характер выступает больше как средство достижения цели, т. е. в своей инструментальной роли.

Таким образом, можно сказать, что черты характера отражают то, как действует человек, а черты личности – то, ради чего он действует. Способы поведения и направленность личности относительно независимы: можно добиваться разных целей, применяя одни и те же способы, и наоборот, достигать одну и ту же цель разными способами.

Характер, как и темперамент, обнаруживает зависимость от физиологических особенностей человека, и прежде всего от типа нервной системы. Свойства темперамента накладывают свой отпечаток на формирование характера, определяя динамические особенности его возникновения, т. е. темперамент представляет собой динамическую

сторону характера. Особенности темперамента могут противодействовать или способствовать развитию определенных характерологических черт.

Характер – прижизненное приобретение личности, он аккумулирует в себе привычки человека и во многом является результатом самовоспитания. Темперамент не односторонне и не окончательно определяет путь развития специфических особенностей характера, темперамент сам в определенных пределах преобразуется под влиянием свойств характера. Развитие характера и темперамента в этом смысле являются взаимообусловленными процессами. В характере личность раскрывается со стороны ее содержания, в темпераменте – со стороны динамических проявлений.

Характер не является простой совокупностью, случайным набором изолированных черт. Он представляет собой сложное психическое образование, состоящее из системы многочисленных устойчивых свойств личности, которые выражают отношение человека к окружающему миру, труду, другим людям и самому себе. Эти отношения закрепились в привычных для человека формах поведения, деятельности и общения. Закономерные взаимосвязи между отдельными чертами характера выражают его структурность. Структурность характера позволяет, зная ту или иную черту, предполагать у данного человека наличие ряда других черт.

Структурность характера выражается также в определенной иерархичности его черт. Это значит, что среди черт характера одни являются основными, определяющими и ведущими, а другие – второстепенными, менее существенными. Основные, ведущие, черты в той или иной степени подчиняют себе второстепенные, менее существенные, обуславливая их различную степень проявления в тех или иных ситуациях.

В системе отношений выражается содержание характера, его индивидуальное своеобразие. Структура характерологических отношений складывается в основном из отношений человека к своему делу и труду, окружающим людям, а также к самому себе.

В *отношении к своей деятельности*, труду могут проявляться такие черты характера, как трудолюбие или лень, аккуратность или небрежность, чувство нового или консерватизм, энтузиазм или формальное отношение к труду.

В *межличностных отношениях* проявляются общительность или замкнутость человека, коллективизм или индивидуализм, вежливость или грубость, правдивость или лживость и т. д.

В *отношении человека к самому себе* для характера показательны высокая требовательность или самоуспокоенность, самокритичность или преувеличенное самомнение, скромность или высокомерие, чувство собственного достоинства или его недооценка.

Кроме того, выделяют черты характера, относящиеся к особенностям познавательной, эмоциональной и волевой сфер человека.

К *познавательным чертам характера* относят склад ума (теоретический или практический) и качества ума (аналитичность, критичность, гибкость и др.).

К *эмоциональным чертам характера* относят страстность, сентиментальность, а также черты, основанные на моральных чувствах: патриотизме, гуманности и др.

В *волевых чертах характера* (целеустремленности, выдержке, настойчивости, смелости и др.) находит выражение отношение к препятствиям. Волевые черты характера нельзя оценить, не учитывая направленности личности. Они ценны только при условии морально воспитанной воли, направленной на достижение социально полезных целей. Волевые черты иногда называют «хребтом» характера и в зависимости от их развития относят характер к сильному или слабому типу. Сильный характер у того человека, который всегда поступает сообразно своим убеждениям, последовательно ведет себя в различных, в том числе и трудных, условиях, проявляет настойчивость в достижении поставленных целей. Слабость характера проявляется в непоследовательности поведения, в расхождении между словами и делами, в боязни трудностей.

Важное значение при оценке характера имеет выявление его устойчивости или неустойчивости. У человека с *устойчивым характером* длительное время сохраняются присущие ему отношения, убеждения, привычки и другие особенности. При *неустойчивом характере* взгляды, убеждения и отношения быстро меняются.

Системе отношений, составляющих структуру характера, в одних случаях присуще качество цельности, в других – противоречивости. *Цельный* характер у того человека, у которого отдельные мысли, чувства, взгляды, поступки согласуются между собой, соответствуют его убеждениям. Убежденность определяет принципиальность поведения человека, уверенность в справедливости и важности дела, которому он отдает все свои силы. Человек с *противоречивым (дисгармоничным)* характером отличается наличием несовместимых друг с другом взглядов и убеждений, целей и мотивов, стремлений, желаний и поступков.

Характер – очень сложное образование. В реальной жизни в характерах людей наблюдается множество оттенков, переходов между различными полярными особенностями свойств характера, чем объясняется бесконечное разнообразие характеров, непохожесть людей друг на друга.

Важной характеристикой личности являются также ее *способности* – индивидуально-психологические особенности, определяющие успешность выполнения деятельности или ряда деятельностей, несводимые к знаниям, умениям и навыкам, обуславливающие легкость и быстроту обучения новым способам и приемам деятельности.

Б.М. Теплов предложил разделять задатки и способности. При этом *задатки* определяются исследователем как врожденные, физиологические особенности человека, которые служат природной основой развития способностей. Они представляют собой условия развития способностей, но не предопределяют одаренности. В процессе психического развития личности задатки преобразуются и изменяются.

Для классификации способностей используют несколько критериев. По критерию вида психических функциональных систем способности разделяют на сенсомоторные, перцептивные, аттенционные, мнемические, имажитивные, мыслительные, коммуникативные; по критерию основного вида деятельности – на научные (*математические, лингвистические* и пр.); творческие (*музыкальные, литературные, художественные*); инженерные и т. д. Кроме того, различают общие и специальные способности. Общие способности связаны с выполнением ведущих форм человеческой деятельности, а специальные – с отдельными деятельностями. Среди общих способностей большинство исследователей выделяют общий интеллект, креативность (общую способность к творчеству) и, реже, обучаемость.

Результаты психогенетических исследований свидетельствуют о высоком уровне наследуемости общего интеллекта и некоторых специальных способностей (в частности, математических, музыкальных). Между тем креативность в большей мере зависит от влияния социальной среды. Высокий уровень развития общих (специальных) способностей характеризуется как общая или специальная *одаренность*, или *талант*.

Высшей степенью развития способностей личности, выражающейся в творчестве, которое имеет выдающееся значение для жизни общества, является *гениальность*. Для гения характерны чрезвычайная творческая продуктивность, овладение культурным наследием прошлого и вместе с тем решительное преодоление устаревших норм и традиций. Гениальная личность своей творческой деятельностью способствует прогрессивному развитию общества.

Психологические исследования показали, что на основе ранней диагностики общих способностей можно дать вероятностный прогноз успешности социальной и профессиональной карьеры личности.

10.5. Самосознание личности и формирование Я-концепции

Самосознание личности – это осознанное отношение человека к своим потребностям и способностям, влечениям и мотивам поведения, переживаниям и мыслям. В основе самосознания лежит способность человека отличать себя от своей собственной жизнедеятельности, возникающая в общении при формировании первичных способов человеческого бытия. Взаимодействуя и общаясь с людьми, человек выделяет сам себя из окружающей среды, ощущает себя субъектом своих физических и психических состояний, действий и процессов, выступает для самого себя как «Я». Субъективное переживание собственного «Я» выражается в том, что человек понимает свою тождественность самому себе в настоящем, прошлом и будущем.

Результатом процессов самосознания можно считать Я-концепцию. Понятие Я-концепции появилось в 1950-е гг. в русле гуманистической психологии, представители которой стремились к рассмотрению целостного, уникального человеческого «Я». Под *Я-концепцией* принято понимать динамическую систему представлений человека о самом себе. Английский психолог Р. Бернс в книге «Развитие Я-концепции и воспитание» определяет Я-концепцию как «совокупность всех представлений индивида о себе, сопряженную с их оценкой». Я-концепция возникает у человека в процессе социального взаимодействия как неизбежный и всегда уникальный результат психического развития, как относительно устойчивое и в то же время подверженное внутренним изменениям и колебаниям психическое приобретение. Первоначальная зависимость Я-концепции от внешних влияний бесспорна, но в дальнейшем она играет самостоятельную роль в жизни каждого человека. Окружающий мир, представления о других людях воспринимаются нами сквозь призму Я-концепции, формирующейся в процессе социализации, но имеющей и определенные соматические, индивидуально-биологические детерминанты.

В системе взаимосвязей человека с окружающими людьми и миром ему приходится выступать в разных качествах, разных ролях, быть субъектом самых разнообразных видов деятельности. Из каждого взаимодействия с миром вещей и миром людей человек «выносит» образ своего «Я». В процессе самоанализа, расчленения отдельных конкретных образов своего «Я» на составляющие их образования происходит как бы внутреннее обсуждение с самим собой своей личности. Каждый раз в результате самоанализа, по словам С.Л. Рубинштейна, образ своего «Я» «включается во все новые связи и в силу этого выступает во все новых качествах, которые фиксируются в новых понятиях...».

Так постепенно возникает обобщенный образ своего «Я», который представляет собой сложную совокупность многих единичных конкретных образов «Я», сложившихся в ходе самовосприятия, самонаблюдения и самоанализа. Этот обобщенный образ своего «Я», возникая из отдельных ситуативных образов, содержит общие, характерные черты и представления о своей сущности и выражается в понятии о себе, или Я-концепции. В отличие от ситуативных образов Я-концепция создает у человека ощущение своей самотождественности.

Сформировавшаяся в процессе самопознания Я-концепция не есть нечто раз и навсегда данное, застывшее, ей присуще постоянное внутреннее движение. Ее зрелость, адекватность проверяется и корректируется практикой. Я-концепция в значительной степени влияет на весь строй психики, мировосприятие в целом, обуславливает основную линию поведения человека.

В структуре Я-концепции выделяют три составляющих: когнитивную оценочную и поведенческую.

1. Когнитивная составляющая, или **образ «Я»**, включает представления индивида о самом себе. Фактически психологи фиксируют у человека не один образ «Я», а множество сменяющих друг друга «Я»-образов. Выделяются прежде всего *«Я»-реальное т. е.* представления индивида о себе в настоящем, текущем времени, и *«Я»-идеальное* – представления о том, каким бы хотел бы быть индивид в данных конкретных условиях. «Я»-идеальное выступает как необходимый ориентир самовоспитания личности.

Иногда в «Я»-концепции выделяют *«Я»-антастическое* – то, каким субъект пожелал бы стать если бы это оказалось возможным. Фантастический образ своего «Я» имеет большое значение у детей, особенно у подростков, в связи с их склонностью строить планы на будущее, что невозможно без фантазии и мечты. Однако преобладание в структуре личности фантастических представлений о себе – не всегда положительное явление так как очевидное несоответствие желаемого и действительного могут дезорганизовать самосознание и травмировать человека.

В Я-концепцию включается также *«Я»-зеркальное* – собственные представления человека о том, каким он воспринимается окружающими его людьми. Этот компонент «Я»-образа является существенным для формирования личностной значимости и самооценки.

2. Оценочная составляющая, или **самооценка**, включает аффективную оценку представления о себе. Психологическими словарями самооценка определяется как ценность, значимость, которой индивид наделяет себя в целом и отдельные стороны своей личности, деятельности, поведения. Основу самооценки составляет система личностных смыслов индивида, принятая им система ценностей.

Самооценка выполняет регуляторную и защитную функции, влияя на поведение, деятельность и развитие личности, ее взаимоотношения с другими людьми. Основная функция самооценки в психической жизни личности состоит в том, что она выступает необходимым внутренним условием *регуляции* поведения и деятельности. Высшая форма саморегулирования на основе самооценки состоит в своеобразном творческом отношении к собственной личности – в стремлении изменить, улучшить себя и в реализации этого стремления. *Защитная* функция самооценки, обеспечивая относительную стабильность и автономность личности, может вести к искажению опыта.

Самооценка – достаточно сложное образование человеческой психики. Она возникает на основе обобщающей работы процессов самосознания, которая проходит различные этапы, и находится на разных уровнях развития в ходе становления самой личности. Поэтому самооценка постоянно изменяется, совершенствуется. Процесс становления самооценки не может быть конечным, поскольку сама личность постоянно развивается, а следовательно, меняются и ее представления о себе и отношение к себе. Источником оценочных представлений индивида о себе является его социокультурное окружение, в том числе социальные реакции на какие-то проявления его личности, а также результаты самонаблюдения.

По мнению Р. Бернса, есть три момента, существенных для понимания самооценки. Во-первых, важную роль в ее формировании играет сопоставление образа реального «Я» с образом идеального «Я»: чем меньше разрыв между реальным представлением человека о себе и его идеальным «Я», тем выше самооценка личности. Во-вторых, важный фактор для формирования самооценки связан с тем, как, по мнению человека, его оценивают другие. Наконец, в-третьих, на формирование самооценки существенное влияние оказывают реальные достижения личности в самых разнообразных видах деятельности: чем значительнее успехи личности в том или ином виде деятельности, тем выше ее самооценка.

Самооценка характеризуется по следующим параметрам: 1) уровень (высокая, средняя и низкая); 2) соотношение с реальной успешностью (адекватная и неадекватная, или завышенная и заниженная); 3) особенности строения (конфликтная и бесконфликтная).

Пониженная самооценка проявляется в постоянном стремлении недооценивать собственные возможности, способности и достижения, в тревожности, боязни отрицательного мнения о себе, ранимости, побуждающей человека сокращать контакты с другими людьми. В этом случае страх самораскрытия ограничивает глубину и близость общения. Люди с пониженной самооценкой подчас недоверчиво и недоброжелательно относятся к другим людям.

Адекватная самооценка отражает реальный взгляд личности на саму себя, ее достаточно объективную оценку собственных способностей, свойств и качеств. Если мнение человека о себе совпадает с тем, что он в действительности собой представляет, то говорят, что у него адекватная самооценка. Неадекватная самооценка свойственна личности, чье представление о себе далеко от реального. Такой человек оценивает себя необъективно, его мнение о себе резко расходится с тем, каким его считают другие.

Неадекватная самооценка в свою очередь может быть как завышенной, так и заниженной. Если человек переоценивает свои возможности, результаты деятельности, личностные качества, то его самооценка является завышенной. Такой человек самоуверенно берется за работу, превышающую его реальные возможности, что при неудаче может приводить к разочарованию и стремлению переложить ответственность за нее на обстоятельства или других людей. Если человек недооценивает себя по сравнению с тем, что он есть в действительности, то его самооценка занижена. Такая самооценка разрушает у человека надежды на собственные успехи и хорошее отношение к нему со стороны окружающих, а свои реальные успехи и положительную оценку окружающих он воспринимает как временные и случайные.

Для развития личности эффективным является такой характер самоотношения, когда достаточно высокая общая самооценка сочетается с адекватными, дифференцированными парциальными самооценками разного уровня. Устойчивая и вместе с тем достаточно

гибкая самооценка (которая при необходимости может меняться под влиянием новой информации, приобретения опыта, оценок окружающих и т. п.) является оптимальной как для развития, так и для продуктивности деятельности. Отрицательное влияние оказывает чрезмерно устойчивая, ригидная самооценка, а также и сильно колеблющаяся, неустойчивая.

3. Поведенческая составляющая включает в себя потенциальные поведенческие реакции либо конкретные действия, которые могут быть вызваны знаниями о себе и отношением к себе.

Такое деление Я-концепции на компоненты условно, на самом деле Я-концепция – это целостное образование, все компоненты которого хотя и обладают относительной самостоятельностью, но тесно взаимосвязаны.

Я-концепция играет очень важную роль в жизни и развитии личности: она способствует достижению внутренней согласованности личности, определяет интерпретацию ее опыта и является источником ожиданий.

1. Важнейшей функцией Я-концепции является обеспечение внутренней согласованности личности, относительной устойчивости ее поведения. Если новый опыт, полученный индивидом, согласуется с существующими представлениями о себе, он легко ассимилируется, входит в Я-концепцию. Если же новый опыт не вписывается в существующие представления о себе, противоречит уже имеющейся Я-концепции, то срабатывают механизмы психологической защиты, которые помогают личности тенденциозно интерпретировать травмирующий опыт либо отрицать его. Это позволяет удерживать Я-концепцию в уравновешенном состоянии, даже если реальные факты ставят ее под угрозу. Стремление защитить Я-концепцию, оградить ее от разрушающих воздействий является, по мнению Бернса, одним из основополагающих мотивов всякого нормального поведения.

Термин «*защитные механизмы*» был предложен З. Фрейдом в 1926 г. В настоящее время под психологической защитой понимают способ, с помощью которого личность предохраняется от воздействия, грозящего напряженностью и ведущего к дезинтеграции личности. Основными и общими для разных видов защитных механизмов чертами, по мнению Фрейда и всех его последователей, является то, что они: 1) бессознательны, т. е. человек не осознает ни причин, ни мотивов, ни целей, ни самого факта своего защитного поведения по отношению к определенному явлению или объекту, 2) всегда искажают, фальсифицируют или подменяют реальность. Вследствие этого защитные механизмы часто рассматриваются как дезадаптивные.

Первым был описан защитный механизм *вытеснения*. Механизм вытеснения занимает особое место в теории психоанализа. Описываемое иногда как «мотивированное забывание», вытеснение представляет собой процесс исключения из сознания мыслей и чувств, причиняющих страдания. Однако освобождение от тревог путем вытеснения не проходит бесследно. З. Фрейд считал, что вытесненные мысли и импульсы не теряют своей активности в бессознательном и для предотвращения их прорыва в сознание требуется постоянная трата психической энергии. Стремление вытесненного материала к открытому выражению может получать кратковременное удовлетворение в сновидениях, шутках, оговорках и других проявлениях того, что Фрейд называл «психопатологией обыденной жизни».

Другой защитный механизм – *отрицание* – выражается в бессознательном отказе допустить существование определенных событий, переживаний и ощущений, которые причинили бы человеку боль при их признании. Это относится, например, к человеку, который «знает», что он неизлечимо болен, но продолжает при этом заниматься прежней работой, избегая всяческих разговоров о своей болезни и строя долгосрочные планы. Человек, для которого отрицание является фундаментальной защитой, всегда настаивает на том, что «все прекрасно и все к лучшему».

Проекция – это процесс, в результате которого внутреннее ошибочно воспринимается как приходящее извне, т. е. посредством проекции индивид приписывает собственные неприемлемые мысли, установки, желания другим людям. Очевидным путем защиты от тревоги, связанной с неудачей или виной, является возложение вины на другого. Человек не осознает свои враждебные импульсы, но видит их в других и поэтому считает других ненавидящими и преследующими его.

Реактивное образование подразумевает преобразование негативного аффекта в позитивный, или наоборот. Этот механизм заключается в предотвращении проявления неприемлемых желаний и чувств благодаря развитию противоположных им установок и форм поведения. Механизм формирования реакции реализуется двухступенчато: сначала неприемлемый импульс подавляется (вытесняется), затем на уровне сознания появляется противоположный ему импульс: маленькая девочка настолько «любит» своего младшего брата, что все ночи проводит у его изголовья, потому что боится, что он вдруг перестанет дышать.

Рационализация имеет отношение к ложной аргументации, благодаря которой иррациональное поведение начинает выглядеть вполне разумным и оправданным в глазах окружающих. Рационализация может принимать разные формы. Рационализирует человек, говорящий, что работа, откуда его уволили, ему давно неинтересна; отвергнутый поклонник, решивший, что его девушка не так уж привлекательна. Ту же роль может играть феномен «сладкого лимона»: человек, вынужденный оставаться в неприятных для него обстоятельствах, при помощи рационализации начинает находить их вполне желательными.

Сублимация расценивается как здоровое средство разрешения психологических трудностей за счет трансформации сексуальной или агрессивной энергии в художественное или интеллектуальное творчество.

2. Вторая функция Я-концепции заключается в том, что она определяет характер интерпретации индивидом его опыта. Я-концепция действует как своего рода внутренний фильтр, который определяет характер восприятия человеком любой ситуации. Проходя сквозь этот фильтр, ситуация осмысливается, получает значение, соответствующее представлениям человека о себе.

3. Третья функция Я-концепции заключается в том, что она определяет ожидания индивида, т. е. представления о том, что должно произойти. Люди, уверенные в собственной значимости, ожидают, что и другие будут относиться к ним так же; люди, сомневающиеся в собственной ценности, считают, что они никому не могут нравиться, и начинают избегать всяких социальных контактов.

10.6. Индивидуальность и ее проявления

По мнению Б.Г. Ананьева, компонентами индивидуальности являются свойства индивида (совокупность природных свойств), личности (совокупность общественных отношений, экономических, политических, правовых отношений и др.) и субъекта деятельности (совокупность деятельностей и меры их продуктивности). Каждая из этих групп человеческих свойств выступает открытой внешнему миру, общественной жизни. В каждой из подструктур (индивид, личность, субъект деятельности) имеются индивидуальные различия, которые можно рассматривать с точки зрения уникальности и неповторимости. Но такие индивидуальные различия не могут быть критериями индивидуальности как целостного образования, так как индивидуальность – не только открытая внешнему миру система, но и система закрытая, со сложной структурой внутреннего мира. В этой структуре формируется взаимное соответствие потенциалов и способов их проявлений, самосознания и рефлексивных свойств личности, складываются ценности, притязания и самооценка.

В индивидуальности интегрируются три формы развития: основная форма развития индивидных свойств – онтогенез, основная форма развития личностных свойств – жизненный путь человека в обществе и форма развития субъектных свойств – история производственной деятельности человека в обществе, в частности история формирования его профессиональной деятельности. Индивидные, личностные и субъектные свойства не совпадают в возрастном развитии. Индивидуальность генетически формируется позже, являясь результирующей противоречивой динамики развития, взаимодействия и взаимопроникновения целостной системы ее свойств в процессе онтогенеза и жизненного пути. Субъективная картина жизненного пути в самосознании личности всегда строится соответственно индивидуальному и социальному развитию, исчисляясь в биографо-исторических датах и событиях личной жизни.

Изучение индивидуальности требует рассмотрения ее как многомерной системы, развитие и формирование которой подчиняется определенным законам. Важным индикатором человеческой индивидуальности является активность созидающей, творческой деятельности человека. Одно из возможных проявлений активности индивидуальности – **поступки** человека. Это могут быть поступки гражданского характера (отражающие отношение человека к своему долгу гражданина), коммуникативные (отражающие отношения в сфере общения), трудовые (в форме различного рода профессиональных действий). «Вызревание» поступков происходит в сфере переживаний личности, в результате активной внутренней работы. Период между вызреванием поступка и его действительным проявлением может быть различным, а иногда и не получить внешнего проявления. Поступки человека могут проявляться как устойчивый стиль поведения. Такая индивидуальность выступает как организатор и преобразователь обстоятельств современной ему среды, способная создавать новые обстоятельства жизни. Низкая активность тоже становится устойчивой характеристикой индивидуальности. При этом человек выступает пассивным носителем обстоятельств. Во всех случаях индивидуальность представляет источник саморазвития человека, делает его относительно независимым от случайных влияний внешней среды.

Критерием сформированности индивидуальности является вклад человека в материальную и духовную культуру своего общества и человечества, т. е. неповторимый вклад личности в общественное развитие. В основывающейся на экзистенциализме гуманистической психологии личности (А. Маслоу, К. Роджерс) самоосуществление индивидуальности рассматривается как неповторимое единичное проявление мира человека.

Вопросы для самопроверки

1. Какова структура индивидуальных свойств личности?
2. Что такое темперамент?
3. Что такое характер?
4. Какова структура способностей личности?
5. Какую структуру имеет самосознание личности?
6. Что такое Я-концепция?

Литература

Основная

1. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию: Курс лекций. М., 1988. Гл. 14, 15 и 16.
2. Нуркова В.В., Березанская Н.Б. Психология: Учебник. М., 2004. Гл. 10.
3. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Психология человека. М., 1995. Гл. 7, 8 и 9.

Дополнительная

1. Ананьев Б.Г. О проблемах современного человекознания. М.: Наука, 1977.
2. Асмолов А.Г. Психология личности: Принципы общепсихологического анализа. М., 2001.
3. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М., 1975.

Тема 11. Деятельность и поведение человека. Мотивация и психическая регуляция поведения

11.1. Содержание и структура деятельности

Понятие «деятельность» наряду с такими понятиями, как «сознание», «личность», «общение», является основополагающим в психологии. Введение категории деятельности в психологическую науку изменило представление о психическом как специфическом явлении, имеющем статус эпифеномена (сопутствующего, побочного явления). Анализ деятельности и особенностей ее влияния на психику позволил по-иному подойти к исследованию психического. Оно стало рассматриваться и как результат, и как процесс.

Выдающийся отечественный психолог А.Н. Леонтьев предлагает следующие определения деятельности: «Деятельность есть молярная, не аддитивная единица жизни телесного, материального субъекта. В более узком смысле, т. е. на психологическом уровне, это единица жизни, опосредованной психическим отражением, реальная функция которого состоит в том, что оно ориентирует субъекта в предметном мире. Иными словами, деятельность – это не реакция и не совокупность реакций, а система, имеющая строение, свои внутренние переходы и превращения, свое развитие». В каких бы условиях и формах

ни протекала деятельность человека, какую бы структуру она ни приобретала, ее нельзя рассматривать как изъятую из общественных отношений, из жизни общества. При всем своем своеобразии деятельность человека представляет собой систему, включенную в систему социальных отношений. Вне этих отношений человеческая деятельность вообще не существует.

При определении деятельности и характеристике ее основных свойств особое значение имеет раскрытие соотношения двух понятий – «деятельность» и «активность». Под *активностью* обычно понимают практически любую форму взаимодействия субъекта со средой. В этом значении активность выступает родовой категорией по отношению к понятию «деятельность». Формы и проявления активности крайне разнообразны и классифицируются по очень многим основаниям. Различают поведенческую и деятельностную активность, осознаваемую и неосознаваемую, адаптивную и дезадаптивную, ситуативную и надситуативную, конструктивную и деструктивную и др. Термин «активность» может использоваться также как по отношению к личности в целом, так и ее отдельным подсистемам и даже функциональным органам (например, анализаторам). «Активность» как максимально обобщенная категория, описывающая всю совокупность форм взаимодействия человека со средой, наиболее адекватно раскрывается с позиций ее уровневого понимания. Согласно данной трактовке, все основные формы активности одновременно выступают и как ее основные уровни, которые в свою очередь образуют определенную иерархию. Высший уровень в ней – поведенческая, социально-детерминированная активность личности; низший – активность локальных подсистем индивида (анализаторных, моторных, гомеостатических и др.).

Таким образом, *деятельность* можно определить как форму активного отношения субъекта к действительности, направленную на достижение сознательно поставленных целей и связанную с созданием общественно значимых ценностей или освоением социального опыта (В.Д. Шадриков). Деятельность – не просто одна из форм отношения, это очень специфическая форма отношения, имеющая только ей свойственные особенности.

Основную характеристику деятельности представляет ее *предметность*. Понятие предмета содержится в самом понятии деятельности. Выражение «беспредметная деятельность» лишено всякого смысла – деятельность не может быть беспредметной, она может лишь казаться таковой. Предмет деятельности выступает двояко: первично – в своем независимом существовании, как подчиняющий себе и преобразующий деятельность субъекта, вторично – как образ предмета, продукт психического отражения его свойств, которое осуществляется в результате деятельности субъекта и иначе осуществиться не может.

Второй специфической особенностью деятельности является то, что она регулируется не потребностями человека как таковыми, а *осознаваемой целью* как идеальным образом будущего результата (стремлением изготовить какой-либо продукт, получить знания и т. д.). Цель выступает так называемым системообразующим фактором деятельности, т. е. главным критерием определения ее содержания, структуры и динамики. В этом заключается важнейшее отличие деятельности от иных форм активности человека (импульсивной, произвольной активности). То, *почему* человек действует определенным образом, не совпадает с тем, *для чего* он действует. Возникает важнейший деятельностный феномен – явление расхождения потребностей, мотивов человека с непосредственными целями его деятельности.

Третье специфическое свойство деятельности состоит в ее *социальной обусловленности*. Человек находит в обществе не просто внешние условия, к которым он должен приспособливать свою деятельность, – общественные условия сами несут в себе мотивы и цели его деятельности, ее средства и способы. По сути, общество производит деятельность образующих его индивидов. Однако это не значит, что деятельность лишь персонифицирует отношения общества и его культуру. Данные понятия связываются между собой сложными трансформациями и переходами, и прямое сведение одного к другому невозможно.

И наконец, четвертая особенность деятельности заключается в ее *системности*. Деятельность предстает не простой суммой своих компонентов, а их организованной целостностью. Важно отметить, что у деятельности как целостности имеются такие свойства, которых нет ни у ее отдельных компонентов, ни у их простой суммы.

Системность организации деятельности обуславливает существование двух основных планов ее психологического анализа – внешнего (предметно-действенного) и внутреннего (собственно психологического).

Главное, что отличает одну деятельность от другой – это ее предмет. Именно предмет деятельности придает ей определенную направленность. По предложенной А.Н. Леонтьевым терминологии, предмет деятельности есть ее действительный *мотив*. Он может быть вещественным и идеальным, данным в восприятии и существующим только в воображении, в мысли, – главное, что он всегда отвечает той или иной потребности и является обязательным условием деятельности. Деятельности без мотива не бывает: «немотивированная» деятельность – это не деятельность, лишенная мотива, а деятельность с субъективно и объективно скрытым мотивом.

Основными «составляющими» деятельности выступают осуществляющие ее действия. *Действием* называется процесс, подчиненный представлению о том результате, который должен быть достигнут, т. е. процесс, подчиненный сознательной *цели*. Подобно тому, как понятие мотива соотносится с понятием деятельности, понятие цели соотносится с понятием действия.

Выделение целей и формирование подчиненных им действий приводит к тому, что происходит как бы расщепление прежде слитых между собой в мотиве функций. Функция побуждения полностью сохраняется за мотивом. Функция направления представляется иначе: действия, осуществляющие деятельность, побуждаются ее мотивом, но являются направленными на цель.

Выделение целенаправленных действий в качестве составляющих содержание конкретных деятельностей обуславливает постановку вопроса о связывающих их внутренних отношениях. Как было отмечено ранее, деятельность не является аддитивным процессом. Человеческая деятельность не существует иначе как в форме действия или цепи действий. Если из нее мысленно исключить осуществляющие ее действия, то от деятельности ничего не останется. Эту мысль можно выразить иначе: любой конкретный процесс – внешний или внутренний – со стороны отношения к мотиву выступает в качестве деятельности человека, а со стороны отношения к цели – в качестве действия или совокупности действий. Вместе с тем деятельность и действие представляют собой подлинные и не совпадающие между собой реальности. Действие относительно самостоятельно: оно может осуществлять разные деятельности и переходить из одной деятельности в другую.

Принципиальное значение имеет то, что цели не изобретаются, не ставятся субъектом произвольно – они даются в объективных обстоятельствах, – однако выделение и осознание целей представляет собой не автоматически происходящий и не одномоментный акт, а относительно длительный процесс апробирования целей действием.

Важная сторона процесса целеобразования состоит также в конкретизации цели, т. е. в выделении условий ее достижения. Помимо своего интенционального аспекта (что должно быть достигнуто?) действие имеет и свой операционный аспект (как, каким способом это может быть достигнуто?), который определяется не самой по себе целью, а объективно-предметными условиями ее достижения. Иными словами, осуществляющееся действие отвечает задаче; *задача* – это *цель*, данная в определенных условиях. Поэтому действие имеет особую «образующую» – способы, какими оно осуществляется. Способы осуществления действия А.Н. Леонтьев назвал *операциями*.

Термины «действие» и «операция» часто отождествляются. Однако в контексте психологического анализа деятельности их четкое различие совершенно необходимо. Действия соотносительны целям, операции – условиям. Если цель остается неизменной, а условия, в которых она дается, претерпевают изменения, то меняется именно операционный состав действия.

Таким образом, в общем потоке деятельности, который образует человеческую жизнь в ее высших, опосредствованных психическим отражением проявлениях, анализ выделяет отдельные деятельности, соотносимые с пробуждающими их мотивами; действия, подчиняющиеся сознательным целям, и операции, непосредственно зависящие от условий достижения конкретной цели.

Эти «единицы» человеческой деятельности и образуют ее макроструктуру. Деятельность представляет собой процесс, который характеризуется постоянно происходящими трансформациями. Деятельность может утратить мотив, вызвавший ее к жизни (тогда она превратится в действие, реализующее, может быть, совсем другое отношение к миру, другую деятельность), действие может приобрести самостоятельную побудительную силу и стать особой деятельностью, наконец, действие может трансформироваться в способ достижения цели, в операцию, способную реализовать различные действия.

Подвижность отдельных «образующих» системы деятельности выражается еще и в том, что каждая из них может становиться более дробной или, наоборот, включать в себя единицы, прежде относительно самостоятельные. Так, в ходе достижения общей цели может происходить выделение промежуточных целей, в результате чего целостное действие дробится на ряд отдельных последовательных действий, – это особенно характерно при осуществлении действия в условиях, затрудняющих его выполнение с помощью уже сформировавшихся операций. Противоположный процесс имеет место в том случае, когда объективно достигаемые промежуточные результаты сливаются между собой и перестают осознаваться субъектом.

Выделение в деятельности образующих ее «единиц» имеет первостепенное значение для решения проблемы единения внешних и внутренних по своей форме процессов деятельности. Имеются отдельные деятельности, все звенья которых являются внутренними, например познавательная деятельность. Встречаются случаи, когда внутренняя деятельность, отвечающая познавательному мотиву, реализуется внешними по своей форме процессами – это могут быть либо внешние действия, либо внешние двигательные операции. То же относится и к внешней деятельности: некоторые из

осуществляющих внешнюю деятельность действий и операций могут иметь форму внутренних, умственных процессов. Общность макроструктуры внешней, практической, и внутренней, теоретической, деятельности позволяет осуществлять ее первичный анализ, абстрагируясь от формы, в которой она протекает. Выделение в деятельности действий и операций не исчерпывает ее анализа. За деятельностью и регулируемыми ее психическими образами открывается грандиозная физиологическая работа мозга.

11.2. Классификация видов деятельности и поведения человека

Деятельность человека не только предельно сложна по содержанию и строению, но и крайне разнообразна в своих общих разновидностях и конкретных проявлениях. Традиционно принято считать, что основным делением деятельности на ее типы является дифференциация на трудовую, учебную и игровую деятельность.

Трудовая деятельность – процесс активного изменения предметов природы, материальной и духовной жизни общества в целях удовлетворения потребностей человека и создания различных ценностей. *Учебная деятельность* – процесс усвоения предметных и познавательных действий, в основе которого лежат механизмы преобразования усваиваемого материала, выделения базовых отношений между предметными условиями ситуации в целях решения типичных задач в измененных условиях, обобщения принципа решения, моделирования процесса решения задачи и контроля за ним. *Игра* – особый процесс, в котором исторически закрепились типичные способы действия и взаимодействия людей; включение ребенка в игровую деятельность обеспечивает возможность овладения общественным опытом, накопленным человечеством, а также когнитивное, личностное и нравственное развитие ребенка. Особое значение имеет ролевая игра, в процессе которой ребенок принимает на себя роли взрослых и действует с предметами в соответствии с приписанными значениями. Механизм усвоения социальных ролей через ролевые игры обеспечивает возможность социализации личности, а также развития ее мотивационно-потребностной сферы.

Трудовая деятельность отличается тем, что предполагает получение какого-либо общественно значимого продукта, результата. Для учебной и игровой деятельности этот результат является не общественно, а индивидуально значимым и состоит в освоении субъектом социально выработанного опыта, знаний и т. д. Специфическим признаком игровой деятельности является то, что главным ее мотивом выступает сам процесс деятельности, а не ее результат.

В качестве особо значимого для жизни и развития личности вида деятельности называют также общение, или *коммуникативную деятельность*.

Указанные виды деятельности имеют разное значение для развития человека на разных этапах онтогенеза. Деятельность, выполнение которой определяет возникновение и формирование основных психологических новообразований человека на определенном этапе онтогенетического развития, называется *ведущей деятельностью*.

Изучая связь индивидуальной жизни человека с общественно-исторической практикой людей, психологи сочли целесообразным выделение индивидуального и совместного видов деятельности. В отличие от индивидуальной деятельности, реализуемой одним человеком, *совместная деятельность* осуществляется так называемым коллективным субъектом, т. е. двумя или более людьми, имеющими общий мотив и общую цель. Другими важнейшими признаками совместной деятельности являются пространственное и временное присутствие участников деятельности, ролевая и инструментальная

дифференциация участников, наличие управляющего и организующего компонента – лидера или руководителя. Совместная деятельность внутренне неоднородна и подразделяется на подтипы: например на *непосредственно-совместную* – «деятельность вместе» и *опосредствованно-совместную* – «деятельность рядом».

Практикуется также предельно общее дихотомическое разделение видов деятельности на внешнюю и внутреннюю. При этом под *внешней деятельностью* понимают все виды, типы и процессы деятельности, которые сопровождаются эксплицированными, т. е. объективированными, проявлениями ее исполнительских компонентов – движениями, действиями, экспрессией, коммуникациями и пр. *Внутренняя деятельность* разворачивается в интрапсихическом плане, а в качестве ее синонима часто используется термин «психическая деятельность», что, однако, не вполне корректно. Принято считать также, что между внешней и внутренней деятельностью существует генетическая связь, поскольку вторая формируется в процессе онтогенеза на основе первой посредством механизма интериоризации. При этом подчеркивается, что интериоризация состоит не в простом перемещении внешней деятельности во внутренний план сознания, а в формировании самого этого сознания.

Сложным является в психологии вопрос о соотношении понятий «поведение» и «деятельность». Одни исследователи используют эти термины как синонимы, другие, наоборот, прямо противопоставляют их друг другу, подчеркивая при этом выраженный активный характер деятельности и реактивный (как ответ на воздействие окружающей среды) характер поведения. В самом общем виде под *поведением* понимают извне наблюдаемую двигательную активность живых существ, вызванную необходимостью адаптироваться во имя выживания и продолжения вида. В то же время, когда говорят о поведении человека, всегда подчеркивают его общественный характер и социальную обусловленность. Таким образом, поведение человека приобретает характеристики сознательной, коллективной, целеполагающей, произвольной и созидательной деятельности.

На уровне общественно-детерминированной деятельности термин «поведение» обозначает действия человека по отношению к обществу и другим людям, рассматриваемые со стороны их регуляции общественными нормами нравственности и права. Единицами поведения являются *поступки*, в которых формируются и выражаются позиция личности и ее моральные убеждения.

Социальная норма – это модель должного, общезначимое правило поведения, установленное социальными группами и обществом. С точки зрения соблюдения социальных норм и ценностей выделяют социальное и асоциальное поведение человека. Социальное поведение может быть массовидным, организационным, групповым, ролевым, общественным, альтруистическим, ритуальным, экономическим, потребительским, манипулятивным, конфликтным, ассертивным и др. Асоциальное поведение подразделяется на девиантное и делинквентное поведение.

Игнорирование существующих социальных норм и социальных ожиданий характеризует *девиантное* (от лат. *deviatio* – отклонение, уклонение) поведение, которое представляет форму дезорганизации поведения индивида или группы, обнаруживающую несоответствие сложившимся ожиданиям, моральным и правовым требованиям общества. Различные девиации часто возникают в подростковом возрасте, выражаясь в таких формах, как ложь, грубость, агрессивность, курение, драки, пропуски школьных занятий, наркомания, алкоголизм, побег из дома, бродяжничество.

Делинквентное (от лат. delictum – проступок, правонарушение) – это сознательно осуществляемое поведение, целью которого является уничтожение, изменение, замена норм, принятых данным социальным институтом. Если критерием девиантного поведения является поступок, то критерием делинквентного поведения – преступление. Делинквентное поведение связано с нарушением социальной нормы, имеющей жесткие санкции, т. е. уголовной нормы, и проявляется в намерении нанести ущерб, вред другому человеку или группе людей.

11.3. Представление о мотиве. Теории мотивации

В современной психологии термином «мотив» («мотивирующий фактор») обозначаются совершенно разные явления, такие как инстинктивные импульсы, биологические влечения, интересы, желания, жизненные цели и идеалы. А.Н. Леонтьев считал, что мотивы деятельности определяются потребностями личности. В потребностном состоянии субъекта предмет, который способен удовлетворить потребность, жестко не зафиксирован. До своего первого удовлетворения потребность «не знает» своего предмета, он еще должен быть обнаружен. Только в результате такого обнаружения потребность приобретает предметность, а воспринимаемый (представляемый, мыслимый) предмет – побудительную и направляющую деятельность функции, сообщающую ему статус мотива.

В отличие от потребностей у животных, развитие которых зависит от расширения круга потребляемых ими природных предметов, потребности человека порождаются развитием производства. Иначе говоря, потребление опосредствуется потребностью в предмете, его восприятием или мысленным представлением. В этой отраженной форме предмет и выступает в качестве идеального, внутренне побуждающего мотива. Таким образом, психологический анализ потребностей неизбежно преобразуется в анализ мотивов.

Генетически исходным для человеческой деятельности является несовпадение мотивов и целей. Их совпадение вторично: результат приобретения целью самостоятельной побудительной силы или итог осознания мотивов, превращающего их в мотивы-цели. В отличие от целей мотивы актуально не сознаются субъектом: в момент совершения тех или иных действий мы обычно не отдаем себе отчета в мотивах, которые их побуждают. Несмотря на то что нам бывает нетрудно привести их мотивировку, эта мотивировка не всегда содержит в себе указание на действительный мотив. Когда мотивы не осознаются, т. е. когда человек не отдает себе отчета в том, что побуждает его совершать те или иные действия, они находят свое психическое отражение в особой форме – в форме эмоциональной окраски действий.

А.Н. Леонтьев выделил две основные функции мотивов: побуждение и смыслообразование. Одни мотивы, побуждая деятельность, придают ей личностный смысл. Другие, выполняя роль побудительных факторов – порой остро эмоциональных, аффективных, – лишены смыслообразующей функции; такие мотивы А.Н. Леонтьев назвал мотивами-стимулами. Распределение функций смыслообразования и побуждения между мотивами одной и той же деятельности позволяет понять главные отношения, характеризующие мотивационную сферу личности, – *иерархию мотивов*.

На протяжении многих лет ученые не оставляют надежду объяснить поведение человека. Результатом этого интереса являются многочисленные теории мотивации, количество которых насчитывает не один десяток. В настоящее время данная проблема не утратила своей актуальности, скорее наоборот. Это связано с растущими запросами практики: в сфере производства вопросы активизации и управления поведением человека, проблемы

оптимизации использования человеческих ресурсов становятся все более важными и насущными. Тем не менее исследования мотивации далеки от окончательного решения всех вопросов.

Наиболее популярной и широко используемой является теория американского психолога, одного из основателей гуманистической психологии А. Маслоу. Он разграничил не отдельные мотивы, а целые группы. Эти группы упорядочены в ценностной иерархии соответственно их роли в развитии личности. При этом потребности высоких и высших уровней трактуются как не менее инстинктоподобные (врожденные), чем низшие потребности. Пока потребность не удовлетворена, она активизирует деятельность и влияет на нее. Деятельность не столько «толкается изнутри», сколько привлекается извне возможностью удовлетворения. Основной идеей классификации А. Маслоу является принцип относительного приоритета актуализации мотивов, гласящий, что, прежде чем активизируются и начнут определять поведение потребности более высоких уровней, должны быть удовлетворены потребности низшего уровня.

Иерархическая модель мотивации А. Маслоу состоит из пяти уровней:

- 1) физиологические потребности – голод, жажда, сексуальность и т. п.;
- 2) потребности безопасности;
- 3) потребности в социальных связях;
- 4) потребности самоуважения;
- 5) потребности самоактуализации.

Иерархия потребностей начинается с физиологических потребностей. Далее следуют потребности безопасности и потребности в социальных связях, затем потребности самоуважения и, наконец, самоактуализации. Самоактуализация может стать мотивом поведения, лишь когда удовлетворены все остальные потребности. В случае конфликта между потребностями различных иерархических уровней побеждает низшая потребность.

Из всех мотивов основной интерес А. Маслоу обращен на потребности самоактуализации. Исследователь пишет: «Даже когда все эти потребности удовлетворяются, мы все же часто можем ожидать что если индивид не занимается тем, для чего он предназначен, то вскоре возникнут новые неудовлетворенность и беспокойство. Чтобы находиться в согласии с собой, музыкант должен создавать музыку, художник рисовать поэт писать стихи. Человек должен быть тем, чем он может быть. Эту потребность можно назвать самоактуализацией. Она означает желание человека самоосуществиться, а именно его стремление стать тем, чем он может быть».

Г. Мюррей, создатель известного тематического апперцептивного теста (ТАТ), попытался систематизировать различные теоретические подходы и понятия в изучении мотивации. С его точки зрения, центральными, соотносящимися друг с другом понятиями следует считать потребность со стороны личности и давление со стороны ситуации. Мюрреем были определены различные основания для классификации потребностей. Во-первых, выделяют первичные потребности – в воде, пище, сексуальной разрядке избегании холода и др. – и вторичные (психогенные) потребности: унижения, достижения, аффилиации, агрессии, независимости, противодействия, уважения, защиты, доминирования, привлечения внимания к себе, избегания вреда, избегания неудач, покровительства,

порядка, игры, неприятия, осмысления, сексуальных отношений, поиска помощи (зависимости), понимания. Г. Мюррей добавил к ним также потребности приобретения, избегания обвинения, познания, созидания, обучения, признания, сохранения.

Первичные потребности, в отличие от вторичных, базируются на органических процессах и возникают или циклично (еда), или в связи с необходимостью регуляции (избегание холода).

Во-вторых, потребности подразделяют на позитивные (поиск) и негативные (избегание), на явные и латентные. Явные потребности свободно и объективированно выражаются во внешнем поведении, латентные проявляются или в игровых действиях (полуобъективированно), или в фантазии (субъективированно). В определенных ситуациях отдельные потребности могут объединяться в мотивации поведения: конфликтовать друг с другом, подчиняться одна другой и т. д.

Давление определяется ученым следующим образом: «...некое воздействие, оказываемое на субъект объектом или ситуацией и обычно воспринимаемое им как преходящий набор стимулов, принимающих вид угрозы или пользы для организма. При определении давления имеет смысл различать: 1) альфа-давление – то актуально существующее давление, которое можно установить научными методами, и 2) бета-давление, представляющее собой интерпретацию субъектом воспринимаемых им феноменов». Потребность и давление содержательно соответствуют друг другу, их взаимодействие называется темой, которая представляется Мюрреем как подлинная единица анализа активности человека.

В концепции мотивации **Д. Макклелланда** рассматриваются три основные группы потребностей: во власти, в успехе, в причастности. Впервые в систему побудителей человеческой активности вводится потребность во власти как таковой. Она рассматривается как синтетическая и производная от потребностей в уважении и самовыражении. Потребность в успехе (или мотивация достижения) – вторая базовая потребность личности. Автор одним из первых показал, что человеку свойственно не просто «хотеть чего-то», но и определять для себя уровень овладения объектом своего желания – вырабатывать собственную «планку» достижений; таким образом, сама по себе потребность в успехе (а через него – в признании со стороны других) является общей для всех, однако мера ее развития различна. Макклелланд полагал, что от степени развития этой потребности зависят достижения человека и в конечном счете – процветание и могущество той или иной страны.

В «теории ожидания» **В. Врума** важное место в организации поведения человека отводится оценке личностью вероятности определенного события. При раскрытии структуры мотивации и самого процесса поведения в данной теории особое внимание уделяется трем основным взаимосвязям. Во-первых, это ожидания в отношении взаимосвязи затрат труда и результатов. Если человек чувствует, что между ними существует прямая связь, то мотивация возрастает, и наоборот. Во-вторых – это ожидания в отношении взаимосвязи результатов и вознаграждений, т. е. ожидания определенного вознаграждения или поощрения в ответ на достигнутый уровень результатов. Если между ними существует прямая связь и человек ясно видит это, то его мотивация увеличивается. В-третьих – это субъективная валентность ожидаемого вознаграждения или поощрения. Валентность означает предполагаемую ценность удовлетворения или неудовлетворения, возникающего вследствие определенного вознаграждения.

11.4. Мотивационная сфера личности

Всякая деятельность человека побуждается не одним мотивом, а несколькими, т. е. деятельность обычно полимотивирована. Совокупность всех мотивов к данной деятельности называется мотивацией деятельности данного индивида. **Мотивация** определяется как процесс, увязывающий воедино личностные и ситуационные параметры на пути регуляции деятельности, направленной на преобразование предметной ситуации для реализации соответствующего мотива, для осуществления определенного предметного отношения личности к окружающей ситуации. Можно говорить не только о мотивации какой-либо деятельности, но и об общей мотивации, характерной для данного человека, имея в виду совокупность стойких мотивов.

Совокупность устойчивых мотивов, определяющих избирательность отношений и активности человека и относительно независимых от наличных ситуаций, называется **направленностью личности**. Направленность как подструктура личности включает в себя различные побуждения: ее мотивы, потребности, диспозиции, интересы, стремления, намерения, идеалы, нормы, самооценки, оценки других людей, уровень притязаний, установки и т. п. Одни из ее компонентов являются доминирующими, другие выполняют второстепенную роль.

В качестве побудителей человеческого поведения, представляющих собой мотивационную сферу личности, выступают влечения, установки, желания, интересы, склонности, идеалы и мировоззрение.

Влечение – первичное эмоциональное проявление потребности человека в чем-либо, побуждение, еще не опосредованное сознательным целеполаганием. В отечественной психологии влечение рассматривается как этап формирования мотива поведения, т. е. выступает как преходящее явление: представленная в нем потребность либо угасает, либо осознается как конкретное желание. Таким образом, влечения обуславливаются не только биологическими, но и социальными факторами. Кроме того, в отечественной науке господствует мнение, что у человека с развитым сознанием влечения как мотивы поведения не играют ведущей роли, а выступают в виде «строительного материала» для осознанных побуждений. С другой стороны, влечение является одним из центральных понятий психоанализа, где ему придается ведущая роль в активности и регуляции поведения человека.

Установка – неосознаваемое личностью состояние готовности к определенному поведению или деятельности. Установка чаще всего складывается в результате неоднократного повторения ситуаций, в которых человек реагировал определенным образом.

Д.Н. Узнадзе разработал теорию, согласно которой возникающие при встрече потребности и ситуации установки определяют направленность поведения субъекта до тех пор, пока поведение не наталкивается на те или иные препятствия. В этих случаях неосознанное поведение прерывается и начинают действовать сознательные механизмы объективизации. Возникшие затруднения привлекают внимание и осознаются. После сознательного нахождения нового режима регуляции управление поведением вновь осуществляется подсознательными установками. Эта непрерывная передача управления обеспечивает гармоничное и более экономное взаимодействие сознания и бессознательного.

Желание – одна из форм мотивационного состояния, основанного на осознанной по содержанию потребности, которая еще не выступает в качестве сильного побуждения к действию. Имея побуждающую силу, желание обостряет осознание цели будущего

действия и построение его плана. При невозможности удовлетворить желание возникает состояние фрустрации, которое сопровождается разочарованием, тревогой, раздражением, отчаянием и др.

Интерес – форма проявления познавательной потребности, выражающаяся избирательным отношением личности к объекту в силу его жизненного значения и эмоциональной привлекательности. Способствуя ориентировке, ознакомлению с чем-то новым, более полному и глубокому отражению действительности, интересы обеспечивают направленность личности на осознание целей деятельности. По содержанию интересы могут быть материальными (к жилищным удобствам, красивой одежде и др.) и духовными (профессиональные, познавательные, эстетические и др.). По объему их можно разделить на широкие и узкие. Они могут быть также глубокими и поверхностными, устойчивыми и неустойчивыми. Оценка интересов в конечном счете определяется их содержательностью и значимостью для личности.

Склонность – избирательная направленность субъекта на определенную деятельность. В ее основе лежит глубокая и устойчивая потребность в этой деятельности, стремление в ней совершенствоваться. Склонности обычно являются предпосылкой развития соответствующих способностей, хотя возможны случаи несовпадения склонностей и способностей.

Идеал – важная цель личных стремлений человека, своеобразный пример, эмоционально окрашенный эталон действия.

Мировоззрение представляет собой систему взглядов человека на мир и его закономерности. Мировоззрение служит высшим регулятором поведения личности, определяя не только общую направленность личности, но и ее целеустремленность. Идеалы и мировоззрение формируются у человека на основе его интересов и склонностей.

Вопросы для самопроверки

1. В чем состоят основные характеристики деятельности как психологической категории?
2. Каковы основные виды и структура деятельности?
3. Какие теории мотивации вы знаете?
4. Какие функции выполняют мотивы?
5. Что представляет собой мотивационная сфера личности?

Литература

Основная

1. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию: Курс лекций. М., 1988. Гл. 7 и 8.
2. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М., 1975.
3. Нуркова В.В., Березанская Н.Б. Психология: Учебник. М., 2004. Гл. 4.

Дополнительная

1. *Абульханова-Славская К.А.* Деятельность и психология личности. М., 1980.
2. *Рубинштейн С.Л.* Основы общей психологии. СПб., 1998.
3. *Хекхаузен Х.* Мотивация и деятельность: Пер. с нем. / Под ред. Б.М. Величковского. М., 1986.
4. *Шадриков В.Д.* Психология деятельности и способности человека: Учеб. пособие. М., 1996.

Тема 12. Психология межличностного и межгруппового взаимодействия

12.1. Функции, виды и структура общения

Известный французский писатель и мыслитель А. Сент-Экзюпери, автор красивой сказки о Маленьком принце, оценивая значимость общения в человеческой жизни, определил его как «единственную роскошь, которая есть у человека».

Реальность и необходимость общения определены совместной деятельностью людей. Именно в процессе общения и только в общении может проявиться сущность человека.

В отечественной психологии установлено, что развитие ребенка, его социализация – превращение в «общественного человека» – начинается с общения с близкими ему людьми, и прежде всего с матерью. Непосредственно-эмоциональное общение ребенка с матерью – первый вид его деятельности в качестве субъекта общения.

Все дальнейшее развитие ребенка определяется местом, которое он занимает в системе человеческих отношений. Вне общения формирование личности вообще невозможно. Именно в процессе общения с другими людьми ребенок усваивает общечеловеческий опыт, накапливает знания, овладевает умениями и навыками, формирует свое сознание и самосознание, вырабатывает убеждения, идеалы и т. п. Только в процессе общения у ребенка формируются духовные потребности, нравственные и эстетические чувства, складывается его характер. Развитие ребенка непосредственно зависит от того, каков круг и характер его общения.

Общение имеет огромное значение в развитии не только отдельной личности, но и общества в целом. Вне общения человеческое общество немыслимо. Общение выступает в обществе как фундаментальное условие связывания индивидов и вместе с тем как способ развития самих этих индивидов.

Значение общения для жизни и деятельности людей определяет неослабевающий интерес к этому предмету со стороны психологов. Категория «общение» наряду с понятиями «личность», «сознание», «деятельность» является в психологии основополагающей. Подобно личности, сознанию и деятельности, общение является предметом исследования не только психологов, но и социологов, специалистов в области коммуникации и т. д. Это обуславливает неоднозначность понимания общения разными учеными и трудности формулирования единого определения.

В самом общем виде *общение* в психологии определяют как процесс взаимодействия между людьми, в ходе которого возникают, проявляются и формируются межличностные отношения, происходит обмен мыслями, чувствами, переживаниями и т. д.

Для более глубокого постижения сущности общения важно установить характер его связи с процессом деятельности. В отечественной психологии принят тезис о единстве общения и деятельности, вытекающий из понимания общения как реальности человеческих отношений. В соответствии с этим тезисом любые формы общения есть специфические формы совместной деятельности людей. Однако характер связи между общением и деятельностью понимается исследователями неоднозначно.

Иногда деятельность и общение рассматриваются как две стороны социального бытия человека, его образа жизни. В других случаях общение понимается как определенная сторона деятельности: оно включено в любую деятельность, есть ее элемент. В то же время сама деятельность представляется в качестве условия и основания общения. Наконец, общение трактуется как особый вид деятельности – *коммуникативная деятельность*, – которая выступает самостоятельно.

Целесообразным признано широкое понимание связи деятельности и общения: общение рассматривается и как сторона совместной деятельности, и как ее продукт. Известный социальный психолог *Г.М. Андреева* считает, что посредством общения деятельность организуется и развивается.

Построение плана совместной деятельности требует от каждого ее участника оптимального понимания целей, задач деятельности, уяснения специфики ее объекта и возможностей каждого из участников. Включение участников в данный процесс позволяет осуществить «согласование» или «рассогласование» их деятельности. Это возможно благодаря функции воздействия, в которой и проявляется связь общения с деятельностью. Таким образом, делает вывод Г.М. Андреева, деятельность посредством общения не просто организуется, но именно обогащается, в ней возникают новые связи и отношения между людьми.

Общаясь с другими людьми, человек усваивает общечеловеческий опыт, исторически сложившиеся социальные нормы, ценности, знания и способы деятельности, а также формируется как личность. Общение выступает важнейшим фактором психического развития человека. Таким образом, *общение* выступает как универсальная реальность, в которой зарождается, существует и проявляется в течение всей жизни внутренний мир человека.

По своему назначению общение многофункционально. Можно выделить пять основных функций общения.

1. *Прагматическая функция общения* реализуется при взаимодействии людей в процессе совместной деятельности.

2. *Формирующая функция общения* проявляется в процессе психического развития человека. Известно, что на определенных стадиях развития поведение, деятельность и отношение ребенка к миру и к самому себе опосредованы его общением со взрослым. В ходе дальнейшего развития внешние, опосредованные общением формы взаимодействия ребенка и взрослого трансформируются во внутренние психические функции и процессы. Общаясь со взрослым, ребенок не только механически усваивает сумму умений, знаний и навыков, но и участвует в сложном процессе взаимных влияний, обогащений и

изменений. Ребенок активно и критично перерабатывает предлагаемый ему чужой опыт, используя его для построения непротиворечивой картины мира.

3. *Функция подтверждения.* В процессе общения с другими людьми человек получает возможность познать, утвердить и подтвердить себя, свою ценность. Еще У. Джемс отмечал, что для человека «не существует более чудовищного наказания, чем быть предоставленным в обществе самому себе и оставаться абсолютно незамеченным».

4. *Функция организации и поддержания межличностных отношений.* Восприятие других людей и поддержание с ними различных отношений – от интимно-личностных до сугубо деловых – для любого человека связано с установлением определенных эмоциональных отношений. Эмоциональные межличностные отношения не единственный вид социальной связи, доступный современному человеку, однако они пронизывают всю систему взаимоотношений между людьми, именно эмоциональность определяет специфику человеческого общения.

5. *Внутриличностная функция* общения реализуется в общении человека с самим собой (через внутренний или внешний диалог). Такое общение может рассматриваться как универсальный способ мышления человека.

Виды общения крайне многообразны. По признаку использования средств выделяют непосредственное и опосредованное общение. *Непосредственное общение*, общение «лицом к лицу», является исторически первой формой коммуникации. На его основе в более поздние периоды развития цивилизации возникали различные виды опосредованного общения. *Опосредованное общение* может рассматриваться как неполный психологический контакт при помощи письменных или технических устройств (телефона, телеграфа, Интернета), затрудняющих или отделяющих во времени получение обратной связи между участниками общения.

Различают также межличностное и массовое общение. *Межличностное* связано с непосредственными контактами людей в группах или парах. *Массовое* представляет собой коммуникацию, опосредованную различными видами средств массовой информации.

Кроме того, выделяют *межличностное* и *ролевое* общение. В первом случае субъектами общения являются конкретные личности, которые обладают уникальными индивидуальными качествами, раскрывающимися в ходе общения и организации совместных действий. Во втором случае участники коммуникации выступают как носители определенных ролей (учитель – ученик, покупатель – продавец). В ролевом общении человек в определенной степени лишается спонтанности своего поведения, так как те или иные его действия диктуются исполняемой ролью. В процессе такого общения человек отражается уже не как индивидуальность, а как некоторая социальная единица, выполняющая заданные функции.

В социальной психологии выделяются также три формы межличностного общения. *Императивное общение* является авторитарной, директивной формой взаимодействия с партнером по общению, имеющей своей целью достижение контроля над его поведением, установками и мыслями, принуждение его к определенным действиям или решениям. В данном случае партнер по общению рассматривается как объект воздействия, выступает пассивной стороной. Особенность императива в том, что конечная цель общения – принуждение партнера – не завуалирована. В качестве средств оказания влияния используются приказы, предписания и требования. Использование императивного общения достаточно эффективно. Например, в армейских отношениях или в отношениях

типа «начальник – подчиненный». Но можно выделить и такие сферы межличностных отношений, где применение императива неуместно. Это интимно-личностные и супружеские отношения, детско-родительские контакты и др.

Манипулятивное общение представляет собой форму межличностного общения, при которой воздействие на партнера по общению с целью достижения своих намерений осуществляется скрытно. Как и императив, манипуляция предполагает стремление добиться контроля над поведением и мыслями другого человека. Манипулятивный стиль общения широко распространен в области пропаганды и рекламы.

Императивная и манипулятивная формы общения – это виды *монологического общения*. Человек, рассматривающий другого как объект своего воздействия, общается сам с собой, со своими целями и задачами, не видя истинного собеседника, игнорируя его.

Диалогическое общение может быть определено как равноправное субъект-субъектное взаимодействие с целью взаимного познания и самопознания партнеров по общению. Диалогическое (некоторые авторы называют его гуманистическим) общение позволяет достичь более глубокого взаимопонимания, самораскрытия партнеров, создает условия для взаимного личностного роста.

В психологии установлено, что общение представляет собой сложный и многогранный процесс, оно есть образование, в котором могут быть выделены отдельные стороны, т. е. описана структура. При характеристике структуры общения Г.М. Андреева предлагает выделять три взаимосвязанные стороны: коммуникативную, интерактивную и перцептивную. Эти стороны общения определяются в соответствии с функциями, реализуемыми им в процессе совместной жизнедеятельности людей: информационно-коммуникативной, регуляционно-коммуникативной и аффективно-коммуникативной.

Коммуникативная сторона общения, или коммуникация, состоит в обмене информацией между общающимися индивидами. *Интерактивная сторона* заключается в организации взаимодействия между общающимися индивидами, т. е. в обмене не только знаниями, идеями, но и действиями. *Перцептивная сторона* общения означает процесс восприятия друг друга партнерами по общению и установления на этой основе взаимопонимания. В реальной действительности каждая из этих сторон не существует изолированно от других и выделение их возможно лишь в ходе научного анализа.

12.2. Закономерности и эффекты социальной перцепции

Процесс восприятия одним человеком другого выступает как обязательная составная часть общения и условно может быть назван *перцептивной стороной общения*. Термин «социальная перцепция» впервые был введен Дж. Брунером в 1947 г. в ходе разработки так называемого «нового взгляда» на восприятие. Сейчас под *социальной перцепцией* понимают процесс восприятия социальных объектов, под которыми подразумеваются другие люди, социальные группы, большие социальные общности. В качестве субъекта социальной перцепции может выступать не только отдельный индивид, но и группа.

Особую важность в жизни человека представляет *межличностная перцепция*, или межличностное восприятие, так как именно этот процесс непосредственно включен в общение.

На основе внешней стороны поведения мы, по словам С.Л. Рубинштейна, как бы «читаем» другого человека, расшифровываем значение его внешних данных. Впечатления, которые

возникают при этом, играют важную регулятивную роль в процессе общения – во-первых, потому, что, познавая другого, формируется сам познающий индивид, во-вторых, потому, что от меры точности «прочтения» другого человека зависит успех организации с ним согласованных действий.

Содержание межличностного восприятия зависит от характеристик как субъекта, так и объекта восприятия. Значимое влияние на процесс межличностного восприятия оказывают установки и прошлый опыт субъекта восприятия. В повседневном общении люди, не зная действительных причин поведения другого человека или зная их недостаточно, в условиях дефицита информации начинают приписывать другому как причины поведения, так иногда и сами образцы поведения. Приписывание осуществляется либо на основе сходства поведения воспринимаемого лица с другим образцом, имеющимся в прошлом опыте субъекта восприятия, либо на основе анализа собственных мотивов, предполагаемых в аналогичной ситуации. Таким образом, возникает целая система способов такого приписывания, которая в социальной психологии получила название *каузальная атрибуция*.

Важную роль в процессе восприятия человека человеком играют *установки*, которые приводят к возникновению различных социально-психологических эффектов. Наиболее полно исследованы три таких эффекта: эффект ореола («галлоэффект»), эффект новизны и первичности, а также эффект стереотипизации.

Сущность «*эффекта ореола*» заключается в том, что информация, получаемая о каком-то человеке, «категоризируется» определенным образом, а именно накладывается на тот образ который уже был создан заранее. Этот ранее существовавший образ выполняет роль ореола, мешающего видеть действительные черты и проявления объекта восприятия.

Эффект ореола проявляется при формировании первого впечатления о человеке и заключается в том, что общее благоприятное впечатление приводит к позитивным оценкам неизвестных качеств воспринимаемого и, наоборот, общее неблагоприятное впечатление способствует преобладанию негативных оценок. В экспериментальных исследованиях было установлено, что эффект ореола наиболее явно проявляется тогда, когда воспринимающий имеет минимальную информацию об объекте восприятия, а также когда суждения касаются моральных качеств. Хорошо известны эксперименты А.А. Бодалева, в которых двум группам студентов была показана фотография одного и того же человека. Первой группе было сообщено, что человек на фотографии является закоренелым преступником, а второй – что он крупный ученый. После этого студентам было предложено составить словесный портрет сфотографированного человека. При этом в разных группах одни и те же черты внешности получили противоположную интерпретации. В первом случае глубоко посаженные глаза свидетельствовали о затаенной злобе, выдающийся подбородок – о решимости «идти до конца» в преступлении, и т. д. Соответственно во второй группе те же «глубоко посаженные глаза» говорили о глубине мысли, а выдающийся подбородок – о силе воли в преодолении трудностей на пути познания, и т. д.

Эффекты первичности и новизны касаются значимости определенного порядка предъявления информации о человеке для составления представления о нем. Эффект первичности проявляется в том, что при восприятии незнакомого человека преобладающее влияние имеет та информация, которая предъявляется сначала. Люди говорят: «Первое впечатление самое верное». Напротив, в ситуациях восприятия знакомого человека действует эффект новизны, который заключается в том, что последняя, т. е. более новая, информация оказывается наиболее значимой.

В широком плане перечисленные эффекты можно рассматривать как проявления особого процесса, сопровождающего восприятие человека человеком, – явления стереотипизации. *Стереотип* – это некоторый устойчивый образ какого-либо явления или человека, которым пользуются как известным «сокращением» при взаимодействии с этим явлением или человеком. Стереотипы в общении, возникающие, в частности, при познании людьми друг друга, имеют и специфическое происхождение, и специфический смысл. Как правило, стереотип возникает на основе достаточно ограниченного прошлого опыта. Очень часто он складывается относительно групповой принадлежности человека, например принадлежности его к какой-то профессии. В этом случае ярко выраженные профессиональные черты, наблюдавшиеся у встреченных в прошлом представителей определенной профессии, рассматриваются как черты, присущие всякому представителю данной профессии («все учительницы назидательны», «все бухгалтеры педанты» и т. д.). Здесь проявляется тенденция «извлекать смысл» из предшествующего опыта, строить заключения по сходству с этим предшествующим опытом, не смущаясь его ограниченностью.

Стереотипизация в процессе познания людьми друг друга может иметь два различных следствия. С одной стороны, она ведет к определенному упрощению процесса познания другого человека. При этом стереотип не обязательно несет на себе оценочную нагрузку: в восприятии другого человека не всегда происходит «сдвиг» в сторону его эмоционального притяжения или неприятия. Возможен просто упрощенный подход, который хотя и не способствует точности построения образа другого, но тем не менее в каком-то смысле необходим, т. к. помогает сокращать процесс познания. С другой стороны, стереотипизация способствует возникновению *предубеждения*. Если суждение строится на основе прошлого ограниченного опыта и этот опыт был негативным, то всякое новое восприятие представителя той же группы часто окрашивается неприязнью. Особенно распространенными являются этнические стереотипы, когда на основе ограниченной информации об отдельных представителях каких-либо этнических групп строятся предвзятые выводы относительно всей группы.

Особый круг проблем межличностной перцепции возникает в связи с включением в этот процесс специфических эмоциональных регуляторов. Люди не просто воспринимают друг друга, но формируют определенные отношения. На основе сделанных оценок рождается разнообразная гамма чувств – от неприятия того или иного человека до симпатии и даже любви к нему. В связи с этим огромное значение для эффективного общения людей друг с другом имеет *аттракция*. *Аттракция* – это и процесс формирования привлекательности какого-то человека для воспринимающего, и результат этого процесса. Аттракцию можно рассматривать как особый вид социальной установки (аттитюда) на другого человека, характеризующийся преобладанием эмоционального компонента, оцениванием другого преимущественно в категориях, свойственных аффективным оценкам.

12.3. Вербальная (речевая) и невербальная коммуникации

В процессе общения люди обмениваются между собой различными представлениями, идеями, интересами, настроениями, чувствами, установками и пр. Все это можно рассматривать как информацию, и тогда сам процесс общения может быть понят как процесс обмена информацией. В условиях человеческого общения информация не только передается, но и формируется, уточняется, развивается.

Передача любой информации возможна лишь посредством знаковых систем. Знаковые системы, которые используются в коммуникативном процессе, лежат в основе двух

традиционно выделяемых видов коммуникации: вербальной (с речью в качестве знаковой системы) и невербальной (с использованием различных неречевых знаковых систем).

Речь является самым универсальным средством коммуникации. Она представляет собой исторически сложившуюся форму общения человека с другими людьми посредством естественного языка. *Язык* выступает как общественно необходимая, социально фиксированная и исторически обусловленная система: неодинаковые общественные условия, разнообразные пути развития порождают разную лексику и строй языка. Речь и язык представляют собой сложное диалектическое единство. В процессе своего развития, общаясь со взрослыми, ребенок усваивает родной язык и учится пользоваться им в собственной речи.

В психологии и психолингвистике различается речь *внешняя*, ориентированная на других, и *внутренняя*, предназначенная для самого субъекта. В свою очередь внешняя речь может быть *устной* и *письменной*. Устная речь разделяется на *монологическую* (в форме лекции, доклада и т. д.) и *диалогическую*. Каждый из выделенных видов речи имеет свои социально-психологические особенности.

Важнейшим способом общения является диалогическая речь, т. е. разговор, поддерживаемый собеседниками, совместно обсуждающими и разрешающими какие-либо вопросы. Диалог предполагает и включает: уникальность и равенство партнеров; различие и оригинальность их точек зрения; ориентацию каждого на понимание и интерпретацию высказанного; ожидание ответа; взаимодополнение позиций участников общения, соотнесение которых и является целью диалога.

Развернутость, полнота и расчлененность диалогической речи бывают различными. Речь может быть сокращена настолько, что разговаривающие могут понимать друг друга буквально «с полуслова». Это происходит, когда собеседники стремятся понять друг друга, когда между ними имеется много общего. Напротив, отсутствие внутреннего контакта между собеседниками, различие в отношении к предмету речи может создавать трудности в понимании истинного смысла речи и требует более полного и развернутого ее построения.

В процессе коммуникации речь выполняет ряд функций. При сообщении человек может указывать на какой-либо предмет – эта функция называется *указательной*, или *индикативной*. Сообщая что-то, субъект может высказывать свои суждения по какому-либо вопросу – эта функция называется *предикативной*, или функцией *высказывания*. Помимо сообщения о каких-либо событиях, явлениях речь очень часто направлена на то, чтобы вызвать у собеседника определенные поступки, а также мысли, чувства, желания – данная функция определяется как *функция побуждения*. Речь побуждает задуматься над чем-то, определенно отнестись к тому или иному событию, пережить чувства сожаления, возмущения, радости и т. п. Побудительная сила речи зависит от ее выразительности. В свою очередь выразительность речи зависит от структуры построения предложений и отбора слов. При этом важны живость, образность языка, доступность для понимания.

Хотя речь и является универсальным средством общения, она необходимо дополняется употреблением невербальных средств общения, которые, по мнению многих исследователей, имеют для коммуникации гораздо большее значение, чем сами речевые высказывания. В психологии выделяют четыре формы невербальной коммуникации: кинесику, паралингвистику, пространственно-временную организацию и визуальное общение. Каждая из указанных форм общения использует свою знаковую систему.

Кинесика – это система средств общения, включающая в себя жесты, мимику, пантомимику. Кинетическая система предстает как отчетливо воспринимаемое свойство общей моторики, различных частей тела (рук – жестикуляция; лица – мимика; позы – пантомимика). Эта общая моторика различных частей тела является выражением эмоциональных реакций и состояний человека. Включение кинетической системы в ситуацию коммуникации придает общению нюансы, которые оказываются неоднозначными при употреблении одних и тех же жестов в различных национальных культурах. Например, кивок головы у русских и болгар имеет прямо противоположное значение: согласие у русских и отрицание у болгар. Выразительные движения, по замечанию С.Л. Рубинштейна, представляют своего рода «подтекст» к некоторому тексту, который необходимо знать, чтобы правильно раскрыть смысл происходящего. Язык движения раскрывает внутреннее содержание во внешнем действии.

Паралингвистическая и экстралингвистическая системы знаков представляют собой следующий вид «добавок» к вербальной коммуникации. Паралингвистическая система – это система вокализации, т. е. качество голоса, его диапазон, тональность. Экстралингвистическая система – включение в речь пауз, других вкраплений, например покашливаний, плача, смеха; сюда же относят темп речи.

Пространство и время организации коммуникативного процесса также выступают особой знаковой системой. Пространство и время несут важную смысловую нагрузку, являются компонентами коммуникативных ситуаций. Так, размещение партнеров лицом друг к другу способствует возникновению контакта, символизирует внимание к говорящему. Окрик в спину, напротив, может иметь для процесса коммуникации отрицательное значение. Экспериментально доказано преимущество некоторых пространственных форм организации общения как для двух партнеров по общению, так и в массовых аудиториях. Как своего рода дополнения к семантически значимой информации выступают разработанные в различных культурах нормативы относительно временных характеристик общения. Область психологии, занимающаяся нормами пространственной и временной организаций общения, называется *проксемикой*.

Ряд исследований в этой области связан с изучением специфических наборов пространственных и временных констант коммуникативных ситуаций. Эти выделенные наборы получили название «*хронотопы*». Описаны, например, такие хронотопы, как хронотоп «больничной палаты», «вагонного попутчика» и др. Специфика ситуации общения создает иногда неожиданные эффекты воздействия: например, не всегда объяснимую откровенность по отношению к первому встречному, если это «вагонный попутчик».

Визуальное общение – это контакт глазами, первоначальное изучение которого связывали с интимным общением. Многие исследователи считают, что контакт глаз между партнерами по общению может служить мерой симпатии между ними. Во многом этот фактор зависит от культурных традиций: в ряде стран контакта глаз избегают из уважения, у некоторых народов прямой взгляд глаза в глаза расценивается как вызов и агрессия.

Каждая из описанных невербальных систем коммуникаций использует свою собственную знаковую систему, свой код. Для правильного взаимопонимания кодификация и декодификация этих систем должна быть известна всем участникам коммуникативного процесса. Но если в случае с речью эта система кодификации более или менее общеизвестна, то при невербальной коммуникации важно в каждом случае определить, что можно считать кодом и, главное, как обеспечить, чтобы и другой партнер по общению

владел этим же самым кодом. Недостаточная осведомленность может стать причиной искажений в коммуникативном процессе и, в конечном счете, привести к нарушению общения.

12.4. Общение как взаимодействие

Интерактивная сторона общения чаще всего проявляется при организации совместной деятельности людей. Обмен знаниями и идеями по поводу этой деятельности неизбежно предполагает, что достигнутое взаимопонимание реализуется в новых попытках развить совместную деятельность, организовать ее. Это позволяет интерпретировать взаимодействие как организацию совместной деятельности.

Психологическая структура совместной деятельности включает в себя наличие общих целей и мотивов, совместные действия и общий результат. Общая *цель* совместной деятельности – центральный компонент ее структуры. Под целью понимается идеально представленный общий результат, к которому стремится группа. Общая цель может распадаться на более частные и конкретные задачи, поэтапное решение которых приближает коллективного субъекта к цели. Обязательным компонентом психологической структуры совместной деятельности является общий мотив. Следующий компонент совместной деятельности – совместные действия, т. е. такие ее элементы, которые направлены на выполнение текущих (оперативных и достаточно простых) задач. Структуру совместной деятельности завершает общий результат, полученный ее участниками.

В психологии все многообразие взаимодействий между людьми принято подразделять на следующие типы:

- 1) *сотрудничество*: оба партнера по взаимодействию активно помогают друг другу, активно способствуют достижению индивидуальных целей каждого и общих целей совместной деятельности;
- 2) *противоборство*: оба партнера противодействуют друг другу и препятствуют достижению индивидуальных целей каждого;
- 3) *уклонение от взаимодействия*: оба партнера стараются избегать активного сотрудничества;
- 4) *однонаправленное содействие*: когда один из участников совместной деятельности способствует достижению индивидуальных целей другого, а второй уклоняется от взаимодействия с ним;
- 5) *однонаправленное противодействие*: один из партнеров препятствует достижению целей другого, а второй уклоняется от взаимодействия с первым;
- 6) *контрастное взаимодействие*: один из участников старается содействовать другому, а второй прибегает к стратегии активного противодействия первому (в подобных ситуациях такое противодействие может маскироваться в той или иной форме);
- 7) *компромиссное взаимодействие*: оба партнера проявляют отдельные элементы как содействия, так и противодействия.

Обобщение вышеперечисленных видов позволяет выделить два основных вида взаимодействия: 1) направленное на сотрудничество и кооперацию и 2) основанное на соперничестве и конкуренции, часто ведущих к конфликтному взаимодействию.

Конфликт (от лат. *conflictus* – столкновение) представляет собой столкновение противоположно направленных целей, интересов, позиций, мнений или взглядов оппонентов или субъектов взаимодействия. В основе любого конфликта лежит ситуация, включающая либо противоречивые позиции сторон по какому-либо поводу, либо противоположные цели или средства их достижения в данных обстоятельствах, либо несовпадение интересов, желаний, влечений оппонентов и т. п. Конфликтная ситуация, таким образом, включает в себя субъектов возможного конфликта и его объект. Однако, чтобы конфликт начал развиваться, необходим **инцидент**, когда одна из сторон начинает действовать, ущемляя интересы другой стороны. Если противоположная сторона отвечает тем же, конфликт из потенциального переходит в актуальный.

Социально-психологический анализ позволяет выделить четыре типа конфликта:

- внутриличностный. Сторонами конфликта могут выступать две или более составляющих одной и той же личности – например, отдельные черты, типы или инстанции. В этом случае мы имеем дело с конфликтогенным столкновением отдельных особенностей личности и поведения человека;
- межличностный конфликт возникает между двумя (или более) отдельными личностями. При этом наблюдается конфронтация по поводу потребностей, мотивов, целей, ценностей и/или установа;
- личностно-групповой конфликт зачастую возникает в случае несоответствия поведения личности групповым нормам и ожиданиям;
- межгрупповой. В этом случае может происходить столкновение стереотипов поведения, норм, целей и/или ценностей различных групп.

В динамике конфликта выделяют следующие четыре основные стадии.

1. *Возникновение объективной конфликтной ситуации.* Эта ситуация не сразу осознается людьми, поэтому ее можно назвать «стадией потенциального конфликта».
2. *Осознание объективной конфликтной ситуации.* Для того чтобы конфликт был осознан, необходим **инцидент**, т. е. ситуация, при которой одна из сторон начинает действовать, ущемляя интересы другой стороны.
3. *Переход к конфликтному поведению.* После того как конфликт осознан, стороны переходят к конфликтному поведению, которое направлено на блокирование достижений противоположной стороны, ее стремлений, целей, намерений. При переходе конфликта из потенциального в актуальный он может развиваться как прямой или опосредованный, конструктивный, стабилизирующий или неконструктивный.

Конструктивным межличностным конфликтом считается тот, при котором оппоненты не выходят за рамки деловых аргументов, отношений и не касаются личности противоположной стороны. При этом могут наблюдаться различные стратегии поведения. **К. У. Томас** и **Р. Х. Килман** выделили следующие стратегии поведения в конфликтной ситуации:

- 1) сотрудничество, направленное на поиск решения, удовлетворяющего интересы всех сторон;
- 2) компромисс – урегулирование разногласий через взаимные уступки;
- 3) избегание, заключающееся в стремлении выйти из конфликтной ситуации, не решая ее, не уступая, но и не настаивая на своем;
- 4) приспособление – тенденция сглаживать противоречия, поступаясь своими интересами;
- 5) конкуренция – соперничество, открытая борьба за свои интересы.

Неконструктивный межличностный конфликт возникает тогда, когда один из оппонентов прибегает к нравственно осуждаемым методам борьбы, стремится подавить партнера, дискредитируя и унижая его в глазах окружающих. Обычно это вызывает сопротивление другой стороны, диалог сопровождается взаимными оскорблениями, решение проблемы становится невозможным, разрушаются межличностные отношения.

4. *Разрешение конфликта* является заключительной стадией его протекания. Оно возможно как за счет изменения объективной конфликтной ситуации, так и за счет преобразования ее образов, имеющих у оппонентов. Разрешение может быть частичным (когда исключаются конфликтные действия, но побуждение к конфликту остается) и полным (когда конфликт устраняется на уровне внешнего поведения и на уровне внутренних побуждений). Таким образом, можно назвать четыре возможных типа разрешения конфликтов:

- 1) полное разрешение на объективном уровне за счет преобразования объективной конфликтной ситуации – например, пространственное или социальное разведение сторон, предоставление им дефицитных ресурсов, отсутствие которых привело к конфликту;
- 2) частичное разрешение на объективном уровне за счет преобразования объективной конфликтной ситуации в направлении создания незаинтересованности в конфликтных действиях;
- 3) полное разрешение на субъективном уровне за счет кардинального изменения образов конфликтной ситуации;
- 4) частичное разрешение на субъективном уровне за счет ограниченного, но достаточного для временного прекращения противоречия изменения образов в конфликтной ситуации.

12.5. Виды и структура малых групп

Основной формой социального объединения людей является малая группа. *Малая группа* – это небольшая по размеру общность людей, связанных непосредственным взаимодействием. Ее нижние и верхние границы определяются качественными признаками, основными из которых являются контактность и целостность. Контактность есть возможность каждого члена группы регулярно общаться друг с другом, воспринимать и оценивать друг друга, обмениваться информацией, взаимными оценками и воздействиями. Целостность определяется как социальная и психологическая общность входящих в группу индивидов, позволяющая воспринимать их как единое целое.

За нижнюю границу размеров малой группы большинством специалистов принимаются три человека, поскольку в группе из двух человек (диаде) групповые социально-психологические феномены протекают особым образом. Верхняя граница малой группы определяется ее качественными признаками и обычно не превышает 20–30, по данным некоторых специалистов, до 50 человек. Оптимальный размер малой группы зависит от характера выполняемой совместной деятельности и находится в пределах 5 – 12 человек. В меньших по размеру группах скорее возникает феномен социального пресыщения, группы большего размера легче распадаются на более мелкие, в которых индивиды связаны более тесными контактами. В этой связи американский психолог **Ч. Кули** предложил выделять группы *первичные*, т. е. наименьшие по размеру и далее не делимые общности, в которых все члены находятся в *непосредственном контакте* друг с другом, и *вторичные*, формально представляющие собой единые общности, но включающие в себя несколько первичных групп.

Другой американский исследователь, **Э. Мэйо**, разделил все группы на *формальные* и *неформальные*. В формальных группах членство и взаимоотношения носят преимущественно формальный характер, т. е. определяются формальными предписаниями и договоренностями. Формальными малыми группами являются прежде всего первичные коллективы подразделений социальных организаций и институтов. Организационные и институциональные малые группы представляют собой элементы социальной структуры общества и создаются для удовлетворения общественных потребностей. Ведущей сферой активности и основным психологическим механизмом объединения индивидов в рамках организационных и институциональных малых групп является совместная деятельность. В неформальные группы люди объединяются на основе внутренних, присущих индивидам потребностей в общении, принадлежности, понимании, симпатии и любви.

Третья классификация, автором которой является **Г. Хаймен**, выделяет *группы членства* и *референтные группы*. Референтностью называется значимость групповых ценностей, норм, оценок для индивида. Дж. Келли выделил в качестве основных функций референтной группы *сравнительную* (принятые в группе стандарты поведения выступают для человека в качестве эталонных образцов, на которые он ориентируется в принятии решений и оценках) и *нормативную* (групповые ценности позволяют человеку оценить, насколько его поведение соответствует нормам группы).

По времени существования выделяются группы *временные*, в рамках которых объединение индивидов ограничено во времени (участники групповой дискуссии или соседи по купе в поезде), и *стабильные*, относительное постоянство существования которых определяется их предназначением и долговременными целями функционирования (семья, трудовые и учебные группы).

В зависимости от степени произвольности решения индивидом вопроса о вхождении в ту или иную группу, участия в ее жизнедеятельности и уходе из нее, группы делятся на *открытые* и *закрытые*. Ярким примером закрытых групп являются секты.

Структура малой группы – это совокупность связей, складывающихся в ней между индивидами. Поскольку основными сферами активности индивидов в малой группе являются совместная деятельность и общение, при исследовании малых групп наиболее часто выделяют структуру связей и отношений, порождаемых совместной деятельностью (функциональных, организационных, экономических, управленческих), и структуру связей, порождаемых общением и психологическими отношениями (коммуникативную структуру, структуру эмоциональных отношений, ролевую и неформально-статусную структуры).

При исследовании формальных групп и организаций вслед за Э. Мэйо принято выделять формальную и неформальную структуры группы. Для изучения неформальной структуры малой группы наиболее часто используют метод социометрии, предложенный *Д. Морено*. Основными характеристиками неформальной структуры малой группы, выявляемыми с помощью социометрии, являются:

- социометрический статус членов группы, т. е. положение, которое они занимают в системе межличностных предпочтений и отклонений;
- характеристики взаимных предпочтений и отклонений;
- наличие микрогрупп, члены которых связаны отношениями взаимных предпочтений, и характер отношений между ними;
- относительное число взаимных предпочтений (так называемая социометрическая сплоченность группы).

Коммуникативная структура малой группы – это совокупность связей между членами группы. В этой структуре особое значение имеют: положение, которое индивиды занимают в системе коммуникаций (доступ к получению и передаче информации, циркулирующей в группе, к объему информации, важной для осуществления жизнедеятельности группы), направленность и интенсивность внутригрупповых коммуникаций.

Ролевая структура малой группы – это совокупность отношений между индивидами. Наиболее важной составляющей данной структуры является распределение групповых ролей, т. е. типичных способов поведения, предписываемых, ожидаемых и реализуемых участниками группового процесса. Так, при анализе группового решения задач выделяются роли «генератора идей», «критика», «мотиватора» и т. д. В наиболее общем виде при анализе процесса взаимодействия в группе выделяются роли, связанные с решением задач, и роли, связанные с оказанием поддержки другим членам группы. Анализ ролевой структуры малой группы позволяет определить, какие именно ролевые функции и в какой степени реализуются участниками группового взаимодействия.

Структура социальной власти и влияния в малой группе – это совокупность связей между индивидами, характеризующая направленностью и интенсивностью их взаимного влияния. В зависимости от способа осуществления влияния выделяют различные типы социальной власти: вознаграждения, принуждения, легитимной, экспертной и референтной.

12.6. Межгрупповое взаимодействие

Предметом исследования психологии межгруппового взаимодействия являются психологические закономерности поведения и взаимодействия между людьми, обусловленные их принадлежностью к тем или иным социальным группам (большим или малым).

Одним из первых ученых, обративших внимание на психологические закономерности отношений между группами, был У. Самнер, описавший феномен этноцентризма. *Этноцентризм* – это свойство сознания этнической группы, связанное с преувеличением положительно оцениваемых характеристик собственной этнической группы, ценности и нормы которой выступают центром, критерием оценки всех других групп. Этноцентризм

проявляется в чувстве превосходства своей этнической и культурной группы и одновременной неприязни, враждебности по отношению к другим группам.

Отличительной особенностью межгрупповых отношений является субъективность, пристрастность межгруппового восприятия и оценивания, которая проявляется в таких феноменах, как стереотипы и предрассудки. *Внутригрупповая пристрастность* заключается в тенденции благосклонного отношения к собственной группе, что способствует противопоставлению «мы» – группа людей, объединенная чувством общей идентичности по разным признакам (раса, пол, религиозная, профессиональная принадлежность, образование, место жительства и т. д.), и «они» – группа, которую люди воспринимают как непохожую на их собственную и обособленную от нее.

Т. Адорно показал, что враждебное отношение к представителям других этнических групп связано с определенным набором психологических качеств, характерных для так называемой авторитарной личности:

- установка на неукоснительное почитание внутри-групповых авторитетов;
- чрезмерная озабоченность вопросами статуса и власти;
- стереотипность суждений и оценок;
- нетерпимость к неопределенности;
- склонность подчиняться людям, наделенным властью;
- нетерпимость к тем, кто находится на более низком статусном уровне.

М. Шери ф в полевых экспериментах показал, что ситуация конкурентного взаимодействия, в основе которой лежит объективный конфликт интересов, приводит к усилению проявлений межгрупповой агрессии, враждебности и одновременному усилению внутригрупповой сплоченности.

Экспериментальные исследования феномена *внутригруппового фаворитизма* (тенденция оказывать предпочтение своей группе в противовес интересам другой), проведенные **Г. Тэджфелом** и **Д. Тернером**, показали, что одного только факта распределения испытуемых на группы, сходные по какому-либо малозначимому признаку, достаточно для того, чтобы индивиды демонстрировали более позитивные установки по отношению к тем, кто входил в одну группу с ними, и более негативные установки по отношению к тем, кто входил в другую группу.

Теория социальной идентичности **Г. Тэджфела** и **Д. Тернера** объясняет феномены внутригруппового фаворитизма и внешнегрупповой дискриминации (тенденция к установлению различий в оценках «своей» и «чужой» группы, как правило, в пользу «своей» группы) как результат серии когнитивных процессов, связанных с установлением сходства и различий между представителями разных социальных групп: социальной категоризации, социальной идентификации и социального сравнения.

Социальная категоризация – это когнитивный процесс упорядочения индивидом своего социального окружения путем распределения социальных объектов (в том числе окружающих людей и себя самого) по группам (категориям), имеющим сходство по значимым для индивида критериям. *Социальная идентификация* – это процесс отнесения

индивидом себя к тем или иным социальным категориям, субъективное переживание им своей групповой социальной принадлежности. *Социальное сравнение* – это процесс соотнесения качественных признаков различных социальных групп, результатом которого является установление различий между ними, т. е. межгрупповая дифференциация.

Внутригрупповой фаворитизм и внешнегрупповая дискриминация являются заключительным звеном в серии когнитивных процессов, их неизбежность диктуется потребностью личности в позитивной социальной идентичности, необходимой для поддержания позитивного образа «Я».

Вопросы для самопроверки

1. Какие функции выполняет общение в жизни людей?
2. Какова структура и основные виды общения?
3. Какие закономерности и эффекты социальной перцепции вы знаете?
4. Каковы основные стадии конфликта и стратегии поведения в конфликтной ситуации?
5. Что такое малая группа? В чем ее специфические особенности?
6. Какие феномены межгрупповых отношений вы знаете?

Литература

Основная

1. *Андреева Г.М.* Социальная психология. М., 1988. Гл. 5, 6, 7 и 11.
2. *Майерс Д.* Социальная психология: Пер. с англ. В. Гаврилова и др. СПб., 1997. Гл. 3, 9 и 11.
3. Психология: Учебник / Под ред. В.Н. Дружинина. СПб., 2003. Гл. 19, 20 и 21.

Дополнительная

1. *Бодалев А.А.* Личность и общение. М., 1983.
2. *Шевандрин Н.И.* Социальная психология в образовании. М., 1995.

Словарь терминов

Абсолютный порог чувствительности – минимальная величина раздражителя, вызывающего едва заметное ощущение (нижний порог), и максимальная величина раздражителя, еще вызывающего ощущение (верхний порог).

Активность – всеобщее качество живой материи, выражающееся в способности вступать во взаимодействие с окружающей средой.

Ассоциация – возникающая в опыте индивида закономерная связь между двумя содержаниями сознания (смежность в пространстве, во времени и др.).

Бессознательное – характеристика психологических свойств, процессов и состояний человека, находящихся вне сферы его сознания, но оказывающих влияние на его поведение и сознание.

Бихевиоризм – направление в психологии, предметом изучения которого является поведение человека, трактуемое как действия, порожденные исключительно внешними причинами.

Ведущая деятельность – деятельность, выполнение которой определяет возникновение и формирование основных психологических новообразований человека на определенной ступени психического развития.

Внимание – осуществление отбора нужной информации, обеспечение избирательных программ действий и сохранение постоянного контроля за их протеканием.

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

Восприятие – отражение в сознании человека предметов, явлений, целостных ситуаций объективного мира при их непосредственном воздействии на органы чувств.

Воображение – психический процесс, заключающийся в создании новых образов путем переработки материала восприятия и представлений, полученных в предшествующем опыте.

Гештальтпсихология – одно из направлений зарубежной психологии, использующее для объяснения сложных психических явлений принцип их целостности («гештальт»).

Задатки – врожденные, физиологические особенности человека, которые служат природной основой развития способностей.

Значение – обобщенная форма отражения субъектом общественно-исторического опыта, сложившегося в процессе совместной деятельности и общения и существующего в виде понятий.

Интроспективная психология – совокупность психологических направлений, предметом изучения которых является сознание, а основным методом – интроспекция.

Интроспективный метод – метод психологии, основанный на самонаблюдении.

Когнитивная психология – одно из направлений современной психологии, выдвигающее в качестве своего основного метода информационный подход и разрабатывающее модели приема и переработки информации.

Личностный смысл – составляющая сознания человека, которая выражает субъективное отношение личности к явлениям объективной действительности.

Мышление – процесс обобщенного и опосредованного отражения действительности в ее существенных связях и отношениях.

Наблюдение – основной метод психологического исследования, заключающийся в преднамеренном и целенаправленном восприятии поведения человека.

Ощущение – процесс первичной обработки информации, представляющий собой отражение отдельных свойств предметов и явлений, возникающий при их непосредственном воздействии на органы чувств, а также отражение внутренних свойств организма.

Память – процесс организации и сохранения прошлого опыта, делающий возможным его повторное использование в деятельности или повторное возвращение в сферу сознания.

Понятие – форма мышления, отражающая существенные свойства, связи и отношения предметов и явлений, выраженная словом или группой слов.

Представление – субъективный чувственный образ предыдущих восприятий, хранящийся в памяти.

Психика – свойство высокоорганизованной материи (мозга) отражать объективную действительность и на основе формируемого при этом психического образа целесообразно регулировать деятельность субъекта и его поведение.

Раздражимость – свойственная всей живой материи способность отражать жизненно значимые воздействия среды.

Разностный порог – минимальное различие между двумя раздражителями, вызывающее едва заметное различие ощущений.

Самосознание личности – осознанное отношение человека к своим потребностям и способностям, влечениям и мотивам поведения, переживаниям и мыслям.

Сознание – высшая, свойственная только человеку, форма психического отражения объективной действительности, опосредствованная общественно-исторической деятельностью людей.

Способности – индивидуально-психологические особенности личности, определяющие успешность выполнения деятельности, не сводимые к знаниям, умениям и навыкам, но обуславливающие легкость и быстроту обучения новым способам и приемам деятельности.

Темперамент – закономерное соотношение устойчивых индивидуальных особенностей личности, характеризующее динамику ее деятельности.

Чувственная ткань образа – чувственный состав конкретных образов реальности, актуально воспринимаемой или всплывающей в памяти, относимой к будущему или только воображаемой.

Чувствительность – способность некоторых живых организмов воспринимать раздражители, обладающие сигнальной функцией по отношению к раздражениям, имеющим прямое биологическое значение.

Эксперимент – основной метод психологии, опирающийся на точный учет изменяемых независимых переменных, которые в свою очередь влияют на зависимую переменную.

Эмоции – особый класс психических процессов и состояний, связанных с потребностями и мотивами и отражающих в форме переживаний значимость действующих на субъекта явлений и ситуаций.

Персоналии

Адлер Альфред (1870–1937) – австрийский психолог, создатель индивидуальной психологии.

Вертгеймер Макс (1880–1943) – немецкий психолог, основатель гештальтпсихологии.

Вундт Вильгельм (1832–1920) – немецкий психолог, физиолог и философ, родоначальник интроспективной психологии, основавший в 1879 г. в Лейпцигском университете первую в мире лабораторию экспериментальной психологии.

Выготский Лев Семенович (1896–1934) – отечественный психолог, автор культурно-исторической концепции развития высших психических функций, которая оказала значительное влияние на развитие отечественной и мировой психологии.

Кюльпе Освальд (1862–1915) – немецкий психолог и философ, основатель Вюрцбургской школы, предложил метод систематической интроспекции для исследования сознания.

Левин Курт (1890–1947) – немецко-австрийский психолог, создатель динамической теории личности, активно занимавшийся исследованиями групп и групповой динамики.

Леонтьев Алексей Николаевич (1903–1979) – отечественный психолог, создатель наиболее теоретически и экспериментально разработанного деятельностного подхода в психологии, автор фундаментальных трудов «Проблемы развития психики» и «Деятельность. Сознание. Личность».

Лурия Александр Романович (1902–1977) – основоположник отечественной нейропсихологии.

Маслоу Абрахам Гарольд (1908–1970) – американский психолог, один из основателей гуманистической психологии.

Пиаже Жан (1896–1980) – швейцарский психолог, автор более 75 книг, в которых он изложил свою теорию интеллектуального развития детей.

Роджерс Карл Рэнсом (1902–1987) – американский психолог, один из создателей гуманистической психологии.

Рубинштейн Сергей Леонидович (1889–1960) – отечественный психолог и философ, один из создателей деятельностного подхода в психологии, основные принципы которого изложены в его работах «Основы общей психологии», «Бытие и сознание», «Принципы и пути развития психологии».

Уотсон Джон (1878–1958) – американский психолог, основоположник бихевиоризма.

Фрейд Зигмунд (1856–1939) – австрийский психолог, психиатр и невропатолог, создатель психоанализа, автор таких ставших классическими произведений, как «Толкование

сновидений», «Психопатология обыденной жизни», «Тотем и табу», «По ту сторону принципа удовольствия».

Фромм Эрих (1900–1980) – немецко-американский психолог и философ, создатель «гуманистического психоанализа».

Эриксон Эрик (1902–1994) – американский психолог, один из основателей эго-психологии.

Юнг Карл Густав (1875–1961) – швейцарский психолог и психиатр, создатель аналитической психологии, оказавший значительное влияние не только на развитие психологии, но и на исследования по проблемам культуры, религии, мифологии, эстетики и др.