

МИНЕСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
ТОМСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ СИСТЕМ УПРАВЛЕНИЯ И
РАДИОЭЛЕКТРОНИКИ

Гуманитарный факультет
Кафедра истории и социальной работы

М.П. Шульмин

Психология

Учебное пособие для студентов вузов
направления: 39.03.02 – «Социальная работа»

Томск 2016

Учебное пособие представляет собой издание справочного характера для проведения семинарских занятий по курсу «Психология». Пособие включает две части: «Справочные материалы по основным темам общей психологии», «Словарь – справочник» включающий терминологические сведения. Разносторонность его содержания позволит студентам овладеть базовыми психологическими понятиями в их системе, что в свою очередь создаст предпосылки для более успешного освоения теории и практики современной психологической науки. Пособие разработано в соответствии с государственным образовательным стандартом.

Издание адресовано студентам, обучающимся по направлению 39.03.02 – «Социальная работа», а также всем, кто интересуется проблемами психологии.

Содержание

Введение

Раздел I. Справочные материалы по основным темам общей психологии

Тема 1. Введение в психологию

1.1 Определение психологии. Основные взгляды на предмет психологии

1.2 Функциональные и прикладные отрасли современной психологии

1.3 Практическое значение психологии для социальной работы

1.4 Основные и специфические методы общей психологии

Тема 2. Развитие психики человека и животных

2.1 Мозг и психика

2.2 Развитие психики в животном мире

2.3 сознательное и бессознательное в психике человека

2.4 Л.С. Выготский о развитии сознания у человека

Тема 3. Личность

3.1 Индивид, личность, индивидуальность

3.2 Основные теории личности

3.3 Формирование личности в процессе социализации

3.4 Структура личности

3.5 Самооценка, уровень притязаний и самосознание

3.6 Программа самовоспитания личности

Тема 4. Ощущение и восприятие

4.1 Психологическая природа ощущений и восприятий

4.2 Виды ощущений и восприятий

4.3 Адаптация и сенсбилизация органов чувств

4.4 Иллюзии восприятия

4.5 Значение ощущений и восприятий в жизни человека

Тема 5. Внимание и память

5.1 Внимание, его физиологические основы

5.2 Виды и свойства внимания

5.3 Развитие внимания

5.4 Память, ее процессы и механизмы формирования

5.5 Виды памяти, их характеристика

5.6 Индивидуальные различия памяти

5.7 Факторы, определяющие развитие памяти у человека

Тема 6. Мышление и воображение

6.1 Мышление – высший психический, познавательный процесс

6.2 Теории мышления в психологии

6.3 Психология творческого мышления

6.4 Воображение и познавательные процессы

6.5 Развитие воображения

Тема 7. Эмоциональная сфера личности

7.1 Понятие об эмоциях и чувствах в психологической науке

7.2 Основные функции эмоций и чувств.

7.3 Теории эмоций

7.4 общая характеристика стресса, виды стрессов

7.5 Методики релаксации, преодоления негативного эмоционального состояния

Тема 8. Воля

8.1 понятие о воле в психологии

8.2 Структура волевого акта

8.3 Воля и характер

8.4 Становление волевых качеств у личности

Тема 9. Индивидуально – психологические особенности личности

9.1 Темперамент, его типы

9.2 Личность и темперамент

9.3 Характер и поведение человека

9.4 Формирование характера, акцентуированные личности

9.5 Темперамент и способности

9.6 Условия и предпосылки формирования способностей

Раздел II. Словарь – справочник

Литература

Введение

Субъектом социальной работы является человек, объектом также выступает человек или социальная группа. Следовательно, основное содержание профессиональной деятельности социального работника неизбежно включено в процесс общения между ее субъектом и объектом. В целях достижения продуктивных результатов в процессе обеспечения достойного правового и экономического существования обратившегося за помощью человека, а также при решении его личностных проблем, социальный работник нуждается в адекватном понимании психологических закономерностей процессов функционирования психической реальности, общения, поведения и личностного роста его клиента.

Методологические положения психологии, в случае эффективного использования в социальной работе, могут значительно повышать успех практикующих специалистов. Продвижение понимания человеческих состояний и групповой динамики помогает нам делать различия как индивиды, семьи, сообщества взаимодействуют и работают над созданием будущих позитивных результатов. Это не научная спекуляция, а реальное жизненное исследование для практических решений и действий, которые демонстрируют результаты в нашей жизни и жизни наших клиентов в пределах культурно – исторического контекста. Принципы практической психологии могут быть адресованы к особым потребностям семьи, существующей в современной культуре. Если мы будем уважать отношения ее членов, которые динамически пересматриваются современен, то мы будем более эффективны при выборе стратегий взаимодействия и социальных технологий оказания помощи таким семьям.

Это учебное пособие помогает студентам, обучающимся по специальности – «социальная работа», более глубоко понять теоретический материал, предлагаемый им в рамках лекционной части курса «Психология», знакомит их с выявленными нами направлениями современных психологических исследований и выделяющимися в последнее время

теориями, моделями и отраслями психологии, которые являются методологическими основаниями (принципами) техник, повышающих эффективность в создании позитивных и устойчивых вкладов в гармонию и правовую активность, касающихся контекста, в котором залегают реальные вызовы жизни, адресованные к нашим клиентам. Мы получаем удовольствие в том, что вовлекаем серьезных студентов для объединения с нами в этой задаче человеческих улучшений. Все это делается для того, чтобы улучшить практическую деятельность будущих профессионалов социальной работы. Студенты после окончания своей академической учебы должны получить целостное осмысление процесса практической деятельности с разными целевыми группами.

Современная психология происходит от нескольких субдисциплин, которые базируются на разных моделях поведения и ментальных процессов. Психолог, как и социальный работник, работает в некотором количестве разнообразных учреждений, университетах и колледжах, школах и институтах повышения квалификации, муниципальных учреждениях, производственных организациях, клиниках и частной практике. Последние годы ознаменовались признанием в России практической психологии, что привело к распространению психологических дисциплин в академических программах для разных специальностей. Однако, остро встает проблема отбора психологических теорий и примеров психологических исследований, используемых для развития психологических компетенций у студентов, изучающих эти дисциплины. Социальный работник в некоторой степени несет ответственность за своевременную диагностику психологических проблем клиента и обращение с ними. Проблема психодиагностического аппарата современной психологии заключается в том, что диагностические методики фиксируют лишь наличное состояние человека и зачастую не имеют практических рекомендаций, позволяющих интерпретировать и прогнозировать дальнейшее развитие имеющегося состояния человека и его поведение в разнообразных ситуациях. В связи с этим, социальному

работнику необходимо иметь сформированное адекватное представление о базовых моделях и современных тенденциях научной мысли в психологии.

В рамках данного издания мы совершим знакомство с содержанием современной психологии. Биологическая модель объяснения поведения все больше проявляется в психологической теории. Конкретно с развитием некоторых инструментальных средств таких, как позитрон, магнитно – резонансная томография (МРТ), сканирующих карты мозга. Что относится к области нейропсихологии, которая изучает мозг и систему нервных связей, имеющих существенное значение для объяснения человеческого мышления и поведения. Когнитивная модель, производная от гештальт – школы в психологии, фокусируется на разнообразных мыслительных процессах, которые являются соединяющим звеном между стимулом из окружающей среды и ответом человека на данный стимул. Педагогическая психология получила толчок в развитии в начале XX в. Изначальные реформы в образовании Freidrich W. Froebel, Johann Pestalozzi и их последователем Johann Herbart были позже распространены G. Stanley Hall и E. L. Thorndike. Это вызвало интерес в улучшении метода обучения. Огромный вклад в отечественной психологии был сделан двумя выдающимися учеными – Л. С. Выготским и А. Н. Леонтьевым, положившим начало и развивавшим культурно – исторический подход в психологии и теорию деятельности. Социальная психология развивалась английскими психологами William McDougall и Havelock Ellis, изучавших эффект воздействия на индивида от разнообразных социальных окружений. Некоторые другие области психологии связаны с психологией развития, которая изучает изменения мышления и поведения на жизненном пути; экспериментальная психология, которая вовлекает лабораторный эксперимент в понимание умственных процессов; психология личности, которая изучает индивидуальные особенности личности и процессы, в которых они формируются. В последние годы появилось некоторое количество новых областей психологии. Индустриальная / организационная психология, появившаяся от социальной

психологии, фокусирующаяся на рабочем месте и касающаяся таких тем, как удовлетворенность трудом, лидерство и продуктивность. Психология здоровья проверяет как психологические факторы воздействуют на патологию, и демонстрирует, как психика воздействует на обратное развитие и предупреждение соматических болезней таких, как болезни сердца, рак и диабет. В психологии, относящейся к окружающей среде, исследования фокусируются на том, как индивид реагирует на окружающую среду и предлагает улучшения, которые могут быть полезными для психического здоровья. Другие новые сферы психологии включают психологию консультирования, школьную психологию, судебную психологию и психологию общения. Это лишь вводное представление о имеющемся разнообразии психологического знания, которое может и должно углубляться студентами социальной работы в рамках академических курсов и самостоятельно через обращение к литературным источникам, а также по средствам прохождения курсов повышения квалификации и участия в психологических тренингах.

Таким образом, формирование психологических компетенций социальными работниками в процессе собственного профессионального образования может послужить значительным основанием для интерпретации проблемного поля и состояния клиента, прогнозирования его личностных изменений и будущего поведения, а также выбора соответствующих клиенту и его потребностям психологических стратегий и социальных технологий оказания поддержки в трудных жизненных ситуациях.

Раздел I. Справочные материалы по основным темам общей психологии.

Тема 1. Введение в психологию

1.1 Определение психологии. Основные взгляды на предмет психологии.

Интроспективная психология – обобщенное название ряда несвязанных между собой психологических концепций, исходящих из постулата о

неопосредованности и принципиальной непередаваемости субъективного опыта индивида и невозможности объективного исследования психических процессов. При этом «чужое» сознание рассматривается как специально реконструируемое посредством операции переноса: исследователь, зная о связи своих переживаний с внешними их проявлениями, строит гипотезу о внутренних переживаниях другого человека на основе его внешне наблюдаемого поведения. Таким образом, ведущим психологическим методом при этом подходе оказывается интроспекция, т.е. субъективное описание внутреннего опыта. Теоретические основания этого методологического направления могут быть найдены в философии XVII века, в трудах Р. Декарта и Дж. Локка. К данному направлению можно отнести школу В. Вундта, структурную психологию Э. Титченера, психологию акта Ф. Brentano, Вюрцбургскую школу, а также Л.М. Лопатина, Г.И. Челпанова. Философско – психологические идеи Декарта нашли свое развитие в феноменологии Э. Гуссерля.

Психоанализ создан в конце XIX века австрийским ученым З. Фрейдом. Первоначально Фрейд занимался физиологическими исследованиями, даже изобрел метод окрашивания нервных тканей, однако позднее, увидев неприменимость данных знаний в психологическом консультировании, отказался от какой – либо опоры на психофизиологические данные в своих работах. В ранний период психоанализа Фрейд совместно с Йозефом Брейером разработал катартический метод лечения неврозов, в отношении которого позже стал использоваться термин «абреакция».

Переломной датой для психоанализа считается 24 июля 1895 года, когда Фрейд приснился сон, после которого он пришел к выводу о том, что сновидения имеют смысл, являясь символическими сообщениями из области бессознательного, и поддаются рациональному анализу и истолкованию. В дальнейшем это привело к применению Фрейдом метода свободных ассоциаций. Вплоть до 1910, когда психоанализ поддержал психиатр со

степенью К.Г. Юнг, это направление игнорировалось научным сообществом. В первой половине XX века от «классического фрейдизма» отпочковался ряд направлений – К.Г. Юнга, А. Адлера, Э. Фромма и других, оспаривавших те или иные постулаты Фрейда.

Многие идеи психоанализа вошли в современную психологию и психотерапию. Как направление комплементарной медицины психоанализ активно практикуется в странах Западной Европы и США. Однако, в современной психотерапевтической практике западных стран постепенно теряет популярность, вытесняется более новыми, модными «авторскими методиками». Психоанализ оказал существенное влияние и на формирование идей последующей сексуальной революции.

Бихевиоризм – направление в психологии, определившее облик американской психологии в 20 – ом столетии, радикально преобразовавшее всю систему представлений о психике. Его кредо выражала формула, согласно которой предметом психологии является поведение, а не сознание. Поскольку тогда было принято ставить знак равенства между психикой и сознанием (психическими считались процессы, которые начинаются и заканчиваются в сознании), возникла версия, будто, устраняя сознание, бихевиоризм тем самым ликвидирует психику.

Основателем данного направления в психологии был американский психолог Джон Уотсон. Во второй половине 20 – го века бихевиоризм в значительной мере уступил место когнитивной психологии, однако многие идеи бихевиоризма используются в определенных направлениях психологии, в частности в терапии.

Одним из пионеров бихевиористского движения был Эдвард Торндайк. Сам он называл себя не бихевиористом, а «коннексионистом» (от англ. «connection» – связь). То, что интеллект имеет ассоциативную природу, было известно со времен Гоббса. То, что интеллект обеспечивает успешное приспособление животного к среде, стало общепринятым после Спенсера. Но впервые опытами именно Торндайка было показано, что природа интеллекта

и его функция могут быть изучены и оценены без обращения к идеям или другим явлениям сознания. Ассоциация означала уже связь не между идеями или идеями и движениями, как в предшествующих ассоциативных теориях, а между движениями и ситуациями. Весь процесс научения описывался в объективных терминах. Торндайк использовал идею Дарвина о «пробах и ошибках» как регулирующем начале поведения. Выбор этого начала имел глубокие методологические основания. Он ознаменовал переориентацию психологической мысли на новый способ детерминистского объяснения своих объектов. Хотя Дарвин специально не акцентировал роль «проб и ошибок», это понятие неприменно составляло одну из предпосылок его эволюционного учения. Поскольку возможные способы реагирования на непрестанно меняющиеся условия внешней среды не могут быть заранее предусмотрены в структуре и способах поведения организма, согласование этого поведения со средой реализуется только на вероятностной основе. Эволюционное учение потребовало введения вероятностного фактора, действующего с такой же непреложностью как и механическая причинность. Вероятность нельзя было больше рассматривать как субъективное понятие (результат незнания причин, по утверждению Спинозы). Принцип «проб, ошибок и случайного успеха» объясняет, согласно Торндайку, приобретение живыми существами новых форм поведения на всех уровнях развития. Преимущество этого принципа достаточно очевидно при его сопоставлении с традиционной (механической) рефлекторной схемой. Торндайк принимал за исходный момент двигательного акта не внешний импульс, запускающий в ход телесную машину с предуготованными способами реагирования, а проблемную ситуацию, то есть такие внешние условия, для приспособления к которым организм не имеет готовой формулы двигательного ответа, а вынужден ее построить собственными усилиями. Итак, связь «ситуация – реакция» в отличие от рефлекса характеризовалась следующими признаками:

- 1) исходный пункт – проблемная ситуация;
- 2) организм противостоит ей как целое;

3) он активно действует в поисках выбора;

4) он научается методом упражнений.

В конце 1980–х годов Дж. Роуэн в статье «Две гуманистические психологии или одна» обратил внимание на то, что и внутри гуманистической психологии можно выделить, по крайней мере, два направления, различающихся по их взгляду на образ человека. По Д.А. Леонтьеву это экзистенциальная психология и условно обозначаемая «лично-центрированная».

Согласно психологическому словарю, гуманистическая психология – направление в западной психологии, признающее своим главным предметом личность как уникальную целостную систему, которая представляет собой не нечто заранее данное, а открытую возможность самоактуализации, присущую только человеку.

К. Роджерс, А. Маслоу, Ш. Бюлер, С. Джулард, К. Гольдштейн говорят о том, что человеку присуща некая внутренняя сила – тенденция к самоактуализации, направляющая его развитие в сторону наиболее полного раскрытия, разворачивания заложенных в нем возможностей, сил и способностей. В лично-центрированной гуманистической психологии в качестве единицы анализа выступает отдельно взятая личность с присущими ей потенциями. И если раньше считалось, что социальные влияния больше препятствуют, чем способствуют актуализации, то в последнее время стало высказываться мнение, что другие люди являются неременным условием развития индивида, и что культура может оказывать на самоактуализацию не только ограничительное, но и позитивное влияние. Однако внешние факторы рассматриваются как условия, предпосылки развития.

Ключевое понятие в экзистенциальной психологии – понятие «существование», «экзистенции». «Экзистенция» – это то, что ты должен сделать сейчас, здесь. Она исключает откладывание на завтра, или перекладывание на плечи другого, на плечи ближнего, на плечи нации, государства, общества. Ты должен сам. Главное в понятии экзистенции – это

идея отсутствия предзаданности, детерминированности того, что происходит сейчас, здесь и теперь, в данный настоящий момент. Представители экзистенциальной психологии (В. Франкл, М. Бубер, П. Тиллих, Р. Мэй, И. Ялом и др.) считают, что в человеке нет никаких предзаданных сущностей, которые бы определяли, что разовьется в дальнейшем. Человек в каждый момент своей жизни сам решает, кем он будет дальше, и куда он будет развиваться. Направления развития человека определяются исключительно выборами, которые он делает. Условием самореализации является некий конструктивный диалог, общение, контакт с другим человеком, воспринимаемый во всей его целостности. Во взаимодействии с миром человек обретает свои сущностные характеристики. Человек с момента рождения находится в постоянном взаимодействии с миром, в котором находятся потенциальные смыслы его существования, которые он должен найти, открыть для себя. Мир несет в себе, как определенную угрозу, так позитивные возможности и альтернативы, из которых человек должен делать выбор. Поэтому внимание экзистенциальных психологов будет не столько человек сам по себе, сколько экзистенциальные проблемы, порожденные его взаимодействием с миром.

1.2 Функциональные и прикладные отрасли современной психологии.

В настоящее время психология представляет собой весьма разветвлённую систему наук. В ней выделяется много отраслей, представляющих собой относительно самостоятельно развивающиеся направления научных исследований. Имея в виду этот факт, а также то обстоятельство, что в настоящее время система психологических наук продолжает активно развиваться, правильнее было бы говорить не об одной науке психологии, а о комплексе развивающихся психологических наук.

Их в свою очередь можно разделить на фундаментальные и прикладные, общие и специальные. Фундаментальные, или базовые, отрасли психологических наук имеют общее значение для понимания и объяснения

психологии и поведения людей независимо от того, кто они и какой конкретной деятельностью занимаются. Эти области призваны давать знания, одинаково необходимые всем, кого интересует психология и поведение людей. В силу такой универсальности эти знания иногда объединяют термином «общая психология».

Прикладными называются отрасли науки, достижения которых используются на практике. Общие отрасли ставят и решают проблемы, одинаково важные для развития всех без исключения научных направлений, а специальные – выделяют вопросы, представляющие особый интерес для познания какой-либо одной или нескольких групп явлений.

Рассмотрим некоторые фундаментальные и прикладные, общие и специальные отрасли психологии.

Общая психология исследует индивида, выделяя в нем познавательные процессы и личность. Познавательные процессы охватывают ощущения, восприятие, внимание, память, воображение, мышление и речь. С помощью этих процессов человек получает и перерабатывает информацию о мире, они же участвуют в формировании и преобразовании знаний. Личность содержит свойства, которые определяют дела и поступки человека. Это – эмоции, способности, диспозиции, установки, мотивация, темперамент, характер и воля.

Изучение психологических наук начинается с общей психологии, так как без достаточно глубокого знания основных понятий, вводимых в курсе общей психологии, невозможно будет разобраться в том материале, который содержится в специальных разделах.

Общая психология включает в себя следующие разделы:

- Теоретический – содержит основные понятия, категории о процессах, свойствах и явлениях;
- Психология личности – патопсихология, нейропсихология.

Специальные отрасли психологии, тесно связанные с теорией и практикой обучения и воспитания детей, включает генетическую

психологию, психофизиологию, дифференциальную психологию, возрастную психологию, социальную психологию, педагогическую психологию, медицинскую психологию, патопсихологию, юридическую психологию, психодиагностику и психотерапию.

Генетическая психология (от греч. происхождение) – отрасль психологии, изучающая происхождение и развитие психики животных и человека, изучает наследственные механизмы психики и поведения, их зависимость от генотипа. Она прослеживает изменение различных психических процессов в онтогенезе и филогенезе, исследует психику различных видов животных, развитие психики ребенка, условия возникновения сознания человека. Методы генетической психологии направляются на выявление стадий и этапов в развитии психики, переходов от низших ее форм к высшим, что позволяет получать знания о психических феноменах в их динамике. До недавнего времени основное внимание исследователи уделяли детству и отрочеству. Но постепенно интересы ученых перемещаются на аспекты жизни, связанные со зрелостью, старостью и приближением смерти, что составляет примерно 3/4 жизненного пути человека. Одним из наиболее известных ученых, чьи работы составили важный этап в развитии генетической психологии, является швейцарский психолог Ж.Пиаже (1896—1980).

Психофизиология — область междисциплинарных исследований на стыке психологии и нейрофизиологии. Изучает психику в единстве с ее нейрофизиологическим субстратом – рассматривает соотношение мозга и психики, роль биологических факторов, в том числе свойств нервной системы, в выполнении психической деятельности. Познание функций структур головного мозга и нервной системы только начинается. Термин "психофизиология" был предложен в начале XIX века французским философом Н.Массиасом и первоначально использовался для обозначения широкого круга исследований психики, опиравшихся на точные объективные

физиологические методы (определение сенсорных порогов, времени реакции и т.д.).

Психофизиология изучает также физиологические и биохимические изменения, происходящие в нервной системе. Она пытается установить их связь с различными аспектами активности: функционированием памяти, регуляцией эмоций, сном и сновидениями. Методы исследований весьма разнообразны – от вживления в мозг электродов до использования специальных приборов для регистрации физиологических проявлений.

В этих исследованиях выяснена важнейшая роль "примитивных" мозговых структур, наличных у животных и человека, служащих центрами эмоциональных процессов, проявления инстинктов, сна и пр.

Главная задача психофизиологии – причинное объяснение психических явлений путем раскрытия лежащих в их основе нейрофизиологических механизмов. Успехи современной психофизиологии связаны с тем, что наряду с традиционными методами – регистрацией сенсорных, моторных, вегетативных реакций, анализом последствий повреждения и стимуляции головного мозга, в исследованиях широко распространились электрофизиологические методы – энцефалография и прочие, а также математические способы обработки экспериментальных данных.

В рамках психофизиологии выделяются отдельные направления, связанные с разработкой особенно важных проблем:

- 1) психофизиология сенсорная – психофизиология органов чувств, ощущений и восприятий;
- 2) психофизиология организации движений;
- 3) психофизиология активности;
- 4) психофизиология произвольных действий;
- 5) психофизиология внимания, памяти и обучения;
- 6) психофизиология речи и мышления;
- 7) психофизиология мотивации и эмоций;
- 8) психофизиология сна, психофизиология стресса;

9) психофизиология функциональных состояний, и пр.

Особое направление представляет психофизиология дифференциальная, изучающая физиологические основы индивидуально – психологических различий.

Достижения психофизиологии широко применяются в клинической практике, в построении кибернетических моделей психофизиологических процессов, а также в таких прикладных областях психофизиологии, как психофизиология труда, психофизиология спорта, и пр.

В отличие от многих западных исследований, не преодолевших принцип психофизического дуализма (психофизическая проблема) и ограничивающихся установлением корреляций между определенными психологическими и физиологическими параметрами, отечественная психофизиология рассматривала психическое как продукт деятельности головного мозга.

Дифференциальная психология — раздел психологии, занимающийся изучением индивидуально–психологических различий. Предпосылкой возникновения "дифференциальной психологии" на рубеже 19 и 20 веков явилось введение в психологию эксперимента, а также генетических и математических методов. Пионером разработки дифференциальной психологии был Ф. Гальтон, который изобрёл ряд приёмов и приборов для изучения индивидуальных различий. В. Штерн ввёл термин "дифференциальная психология" (1900). Первыми крупными представителями дифференциальной психологии были А. Бине, А. Ф. Лазурский, Дж. Кеттел и другие.

В качестве объекта изучения могут выступать как конкретные индивиды, так и разные социальные, классовые, этнические, возрастные группы. Чаще всего в центре исследования стоят личностные и интеллектуальные особенности индивида, соотносимые с нейрофизиологическими.

В дифференциальной психологии широко применяются тесты – как индивидуальные, так и групповые; они используются для определения умственных различий, а с изобретением так называемых проективных тестов – для определения интересов, установок, эмоциональных реакций. С помощью тестов методами факторного анализа выявляются факторы, характеризующие общие свойства (параметры, измерения) интеллекта или личности. На этом основании определяются количественные вариации в психологических свойствах отдельных индивидов. Факты и выводы дифференциальной психологии важны для решения многих практических задач (отбор и обучение персонала, диагностика и прогнозирование развития отдельных свойств, склонностей, способностей индивидов и др.).

В возрастной психологии эти различия представлены по возрастам. Генетическая, дифференциальная и возрастная психология вместе взятые являются основой для понимания законов психического развития ребёнка.

Возрастная психология — отрасль психологической науки, изучающая закономерности этапов психического развития и формирования личности на протяжении онтогенеза человека от рождения до старости (т.е. изменения, происходящие при переходе из одного возраста в другой). Возрастная психология оформилась в качестве самостоятельной области знания к концу XIX в. Возникнув как детская психология, возрастная психология долго ограничивалась изучением закономерностей психического развития ребенка, однако запросы современного общества и логика развития науки сделали очевидной необходимость целостного анализа онтогенетических процессов и междисциплинарных исследований. В настоящее время разделами возрастной психологии являются: детская психология, психология юности, психология зрелого возраста, геронтопсихология. Возрастная психология стремится к раскрытию психологического содержания последовательных этапов онтогенеза, изучает возрастную динамику психических процессов, что невозможно без учета влияния на индивидуальное развитие человека культурно–исторических, этнических и социально–экономических условий.

Для нее весьма существенны дифференциально–психологические различия, к которым относятся половозрастные и типологические свойства индивида. Значительное число исследований строится на основе метода возрастных (поперечных) срезов: путем сравнения свойств выборок, отличающихся друг от друга по хронологическому возрасту. Определенными преимуществами перед сравнительно–возрастным методом обладают лонгитюдные (продольные) исследования, в которых развитие тех или иных психологических свойств прослеживается на одной и той же выборке на протяжении более или менее длительного периода онтогенеза. Особое место в современной возрастной психологии занимает группа генетико–моделирующих методов, основанных на каузально–генетическом методе Л.С. Выготского. Изучение развития с помощью метода активного формирующего эксперимента и других обучающих методов ведется в процессе направленного воздействия на определенные свойства или стороны психического развития субъекта. К числу важнейших практических задач, стоящих перед возрастной психологией, относится создание методической базы для контроля за ходом, полноценностью содержания и условиями психического развития ребенка, организация оптимальных форм детской деятельности и общения, психологической помощи в периоды возрастных кризисов, в зрелом возрасте и старости. Возрастная психология составляет научное основание педагогической психологии.

Социальная психология изучает человеческие взаимоотношения, явления, возникающие в процессе общения и взаимодействия людей друг с другом в разного рода группах, в частности в семье, школе, в ученическом и педагогическом коллективах. Такие знания необходимы для психологически правильной организации воспитания. Эта отрасль психологического знания, имеет короткую, но насыщенную историю своего развития. Как самостоятельное направление психологической науки, она существует менее 100 лет. Официально годом рождения социальной психологии считается 1908 год, когда одновременно вышли две книги с аналогичным названием,

заявившие себя как первые учебники по новой гуманитарной дисциплине. Возникнув на стыке наук – психологии и социологии, социальная психология до сих пор сохраняет свой особый статус, который приводит к тому, что каждая из "родительских" дисциплин довольно охотно включает её в себя в качестве составной части.

В процессе развития социальная психология прошла нелёгкий путь поиска своего предмета исследования. Если в начале века интерес исследователей в основном концентрировался на изучении общественной психологии, массовых социальных явлений (толпа, заражение в массах, нация и её психический склад и др.), то в середине века всё внимание было отдано исследованию малых групп, социальных установок людей, способов влияния на микроклимат группы и отношения между различными людьми. В настоящее время перед социальной психологией остро стоит проблема построения общей теории социального поведения человека. Поскольку психологическая наука в нашей стране в определении своего предмета исходит из принципа деятельности, можно условно обозначить специфику социальной психологии как изучение закономерностей поведения и деятельности людей, обусловленных их включением в социальные группы, а также психологических характеристик самих этих групп.

Педагогическая психология объединяет всю информацию, связанную с обучением и воспитанием. Особое внимание здесь обращается на обоснование и разработку методов обучения и воспитания людей разного возраста.

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ (от греч. pais (paídos) — дитя и ago — веду, воспитываю) — отрасль психологии, изучающая психологические проблемы обучения и воспитания. П. п. исследует психологические вопросы целенаправленного формирования познавательной деятельности и общественно значимых качеств личности; условия, обеспечивающие оптимальный развивающий эффект обучения; возможности учета индивидуальных психологических особенностей учащихся;

взаимоотношения между педагогом и учащимися, а также внутри учебного коллектива; психологические вопросы самой педагогической деятельности (психология учителя). Зарождение педагогической психологии как самостоятельной отрасли психологической науки связано с проникновением в психологию идей развития во второй половине XIX в. Первые успехи экспериментальной психологии позволяли надеяться, что учет данных, полученных в психологических лабораториях, и их применение в процессе обучения существенно оптимизируют педагогический процесс. Это представление нашло отражение в первых трудах по педагогической психологии, ориентированных на практику. Однако знания законов психофизики, некоторых характеристик запоминания и забывания, показателей времени реакции оказалось явно недостаточно. Выносимые педагогической психологией рекомендации носили туманный и схоластический характер. Помимо бедности экспериментальных фактов причиной этого явилась ограниченность теоретических воззрений представителей педагогической психологии того времени. Применение биогенетического закона в психологии (наряду с другими теориями спонтанного развития), подводя теоретическую базу под теорию и практику “свободного воспитания”, фактически закрывало дорогу разработке вопросов целенаправленного формирования личности человека. Бихевиористская психолого–педагогическая концепция (ее современный вариант — теория Б.Ф. Скиннера) предлагала ориентироваться на жесткую «модификацию поведения»: без должных оснований предполагалось, что достаточно организовать соответствующую систему внешних воздействий — и все вопросы обучения и воспитания будут решены. Теория “двух факторов”, отыскивая компромисс между биологизаторским и социологизаторским подходами, не могла создать адекватную концептуальную основу для педагогической психологии и в 20–е гг. оказала заметное влияние на педологию, которое было успешно преодолено ею в начале 30–х гг. В основе современной советской педагогической психологии лежит фундаментальное

положение о том, что сущностью индивидуального психического развития человека является усвоение им общественно–исторического опыта, зафиксированного в предметах материальной и духовной культуры; усвоение это осуществляется посредством активной деятельности человека, средства и способы которой актуализируются в общении с другими людьми. Тем самым резко перестраивается направленность исследований по педагогической психологии. Основой ее стратегии становится не регистрация достигнутого уровня психического развития, а активное формирование психических процессов и свойств личности. В соответствии с этой общей стратегией разрабатываются и другие вопросы педагогической психологии. Так, пути и возможности целенаправленного формирования действий, образов и понятий, лежащих в основе знаний и умений, исследуются теорией поэтапного формирования умственных действий. Изучаются средства и методы развивающего обучения, анализируются взаимосвязи организации обучения с ходом умственного развития (В.В.Давыдов), роль дифференцированного подхода к проблеме обучаемости, средства и методы контроля и оценки учебной деятельности. Особое место занимают разработки по целенаправленному формированию требуемых свойств личности. С известной мерой условности, связанной с реальным единством обучения и воспитания, педагогическую психологию можно разделить на психологию обучения (исследующую закономерности усвоения знаний, умений и навыков) и психологию воспитания (изучающую закономерности активного, целенаправленного формирования личности). В последние годы выделились психология учителя и исследования взаимоотношений в учебно–воспитательном коллективе. По сферам применения в педагогической психологии можно выделить психологию дошкольного воспитания, психологию обучения и воспитания в школьном возрасте с разделением на младший, средний и старший школьный возрасты, имеющие свою существенную специфику, психологию профессионально–технического образования, психологию высшей школы.

МЕДИЦИНСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ (от лат. *medicus* — врачевный, лечебный) — отрасль психологии, изучающая психологические аспекты гигиены, профилактики, диагностики, лечения, экспертизы и реабилитации больных. В область исследования медицинской психологии входит широкий комплекс психологических закономерностей, связанных с возникновением и течением болезней, влияние тех или иных заболеваний на психику человека, обеспечением оптимальной системы оздоровительных воздействий, характером отношений больного человека с микросоциальным окружением. Структура медицинской психологии включает ряд разделов, ориентированных на исследования в конкретных областях медицинской науки и практического здравоохранения. Наиболее общим из них является клиническая психология, включающая патопсихологию, нейропсихологию и соматопсихологию. Интенсивно развиваются отрасли медицинской психологии, связанные с психокоррекционной работой: психогигиена, психофармакология, психотерапия, психическая реабилитация. Среди важнейших проблем медицинской психологии — взаимодействие психических и соматических (телесных, физиологических) процессов при возникновении и развитии болезней, закономерности формирования представления о своем заболевании у больного, изучение динамики осознания болезни, формирования адекватных личностных установок, связанных с лечением, использование компенсаторных и защитных механизмов личности в терапевтических целях, изучение психологического воздействия лечебных методов и средств (медикаментов, процедур, клинических и аппаратурных исследований, хирургических вмешательств и др.) в целях обеспечения их максимального положительного влияния на физическое и психическое состояние пациента. Существенное место среди исследуемых медицинской психологией вопросов занимают психологические аспекты организации лечебной среды (стационара, санатория, поликлиник и т. д.), изучение отношений больных с родственниками, персоналом и друг с другом. В комплексе проблем организации лечебных мероприятий особое

значение имеет изучение закономерностей психологического воздействия врача в ходе проведения им диагностической, лечебной, профилактической работы, рационального построения взаимоотношений участников лечебного процесса предупреждение ядрогений.

ПАТОПСИХОЛОГИЯ (от греч pathos — страдание, болезнь) — раздел медицинской психологии, изучающий закономерности распада психической деятельности и свойств личности при болезни. Анализ патологических изменений осуществляется на основе сопоставления с характером формирования и протекания психических процессов, состояний и свойств личности в норме. В этом состоит основное отличие патопсихологии, интерпретирующей данные исследования в категориях психологической теории, от психопатологии — области психиатрии, изучающей патологию психики на основе общеклинических категорий (возникновение и исход болезни как клинически закономерная смена симптомов и синдромов). При этом если клинические (психопатологические) исследования обнаруживаются, описывают и систематизируют проявления нарушенных психических процессов, то патопсихология вскрывает характер протекания и особенности структуры психических процессов, приводящих к наблюдаемым в клинике симптомам. Патопсихология изучает психические расстройства в первую очередь экспериментально–психологическими методами. Прикладное значение патопсихологии в практике медицины проявляется в использовании полученных в эксперименте данных для дифференциальной диагностики расстройств психики, установления степени выраженности психического дефекта в интересах экспертизы (судебной, трудовой, военной и т. д.), оценки эффективности проводимого лечения по объективным характеристикам динамики психического состояния больных, анализа возможностей личности больного с точки зрения ее сохранных сторон и перспектив компенсации утраченных свойств в целях выбора оптимальных психотерапевтических мероприятий, проведения индивидуальной психической реабилитации. Значение патопсихологических исследований

для психологии заключается в возможности более глубокого познания закономерностей функционирования и развития нормальной психики, изучения категорий “психической нормы”, “психического здоровья”, а также факторов, активизирующих или тормозящих развитие личности в ходе ее онто- и социогенеза. Патопсихология относится к числу наиболее интенсивно и плодотворно развиваемых областей отечественной медицинской психологии. Основы современной патопсихологии заложены в трудах советских психологов А.Р. Лурии, Б.В. Зейгарник и др.

ЮРИДИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ (от лат. juris — право) — отрасль, изучающая закономерности и механизмы психической деятельности людей в сфере регулируемых правом отношений. Под влиянием успехов экспериментальной психологии в конце XIX — начале XX в. были проведены первые лабораторные исследования в области юридической психологии. Основные усилия были направлены на изучение психологии свидетельских показаний и допроса, “диагностики причастности” к преступлению, судебной и следственной работы, психологических основ профессионального отбора и обучения юристов. Исследования по юридической психологии стали интенсивно проводиться в СССР в 20-х гг. Были выполнены многочисленные работы по изучению психологии преступников и заключенных, быта преступного мира, закономерностей формирования свидетельских показаний и причин возникновения в них ошибок, по теории и методике судебно-психологической экспертизы (А.Е.Брусиловский, М.Н.Гернет, М.М.Гродзинский, Я.А.Канторович, А.С.Тагер и др.), проведены оригинальные опыты по обнаружению психологическими методами следов преступления (А.Р. Лурия). Значительно активизировались научные исследования в области юридической психологии, уточнен ее предмет, сформулированы юридические принципы (А.В.Дулов, А.Р.Ратинов и др.). Систему современной отечественной юридической психологии образуют криминальная психология, изучающая психологические механизмы преступного поведения и личность

преступника; судебная психология, охватывающая широкий круг вопросов, связанных с судопроизводством; исправительная психология, разрабатывающая проблемы исправления правонарушителей; правовая психология, изучающая правосознание, принципы его воспитания, причины его деформации. В юридической психологии применяются все основные методы психологии, разрабатываются и специфические для данной области знаний методы (например, психологический анализ материалов уголовного дела и др.).

ПСИХОДИАГНОСТИКА (от греч. *psyche* — душа и *diagnostikos* — способный распознавать) — область психологической науки, разрабатывающая методы выявления и измерения индивидуально-психологических особенностей личности. Оформление психодиагностики в качестве самостоятельного направления исследований происходило в 20-е годы XX в. Значительный вклад в становление психодиагностики внесли труды Ф. Гальтона, Дж.Кэттелла, Г. Эббингауза, Э.Крепелина, А. Бине и др. Начавшись с попыток “охватить числом операции ума” (Ф.Гальтон) и с применения тестов интеллекта, психодиагностика для измерения индивидуально-психологических различий разрабатывала методы исследования личности, которые в дальнейшем послужили основанием для создания проективных методик и опросников. Вместе с тем на развитии психодиагностики сказывалось отставание теоретического уровня осмысления явлений от методического оснащения. Появление и совершенствование математико-статистического аппарата и прежде всего корреляционного и факторного анализа, использование возможностей психометрии оказали влияние на практическую эффективность психодиагностики. В советской психологии выделяют два периода развития психодиагностики. Первый относится к началу 20 — середине 30-х гг. XX в. Эти годы отмечены массовым применением тестов в народном образовании, профотборе и профориентации. Для того уровня развития психодиагностики характерно достаточно широкое заимствование зарубежных тестов,

поскольку собственным методикам, как правило, не хватало серьезного теоретического и экспериментального обоснования. Результаты тестовых обследований нередко рассматривались в качестве решающих, абсолютизировались. В то же время советскими учеными был выдвинут ряд прогрессивных идей, разработка которых была прервана постановлением ЦК ВКП(б) “О педологических извращениях в системе наркомпросов” (1936). В этот период плодотворно работали в психодиагностике М.С. Бернштейн, М.Я. Басов, П.П. Блонский, С.Г. Гелленштейн, Н.Д. Левитов, А.М. Мандрыка, Г.И. Россолимо, М.Ю. Сыркин, И.Н. Шпильрейн, А.М. Шуберт и др. Значительный вклад в разработку учения о психологическом диагнозе был внесен Л.С. Выготским. Второй период развития советской психодиагностики начался в конце 60–х гг. и отмечен дискуссиями о ее месте в системе психологического знания, о принципах и методах исследования, об отношении к зарубежному опыту. Разработкой проблематики психодиагностики занимаются В.М. Блейхер, Л.Ф. Бурлачук, Е.Т. Соколова, Л.А. Венгер, А.Е. Личко, К.М. Гуревич, Б.Д. Карвасарский, Н.И. Непомнящая, В.И. Лубовский и др. Одной из первоочередных задач советской психодиагностики является преодоление разрыва между теорией и практикой, между академическими концепциями личности и реальностью ее исследования.

ПСИХОТЕРАПИЯ (от греч. *psyche* — душа и *therapeia* — уход, лечение) — комплексное лечебное вербальное и невербальное воздействие на эмоции, суждения, самосознание человека при многих психических, нервных и психосоматических заболеваниях. Условно различают клинически ориентированную психотерапию, направленную преимущественно на смягчение или ликвидацию имеющейся симптоматики, и личностно ориентированную психотерапию, ставящую задачей содействие пациенту в изменении его отношений к социальному окружению и собственной личности. Методы клинической психотерапии — гипноз, аутогенная тренировка, внушение и самовнушение, рациональная терапия. Личностно

ориентированная психотерапия (индивидуальная и групповая) широко использует различные варианты анализа конфликтных переживаний больного. В индивидуальной психотерапии решающим фактором эффективности лечебных воздействий является психотерапевтический контакт врача и больного, основанный на взаимном уважении и доверии, способности врача к сопереживанию. В качестве методов активирующего терапевтического воздействия широко используются трудотерапия, групповая психотерапия, семейная психотерапия, способствующие повышению компетентности больного в межличностных отношениях, совершенствованию его способности к самопознанию и саморегуляции.

1.3 Практическое значение психологии для социальной работы.

Анализ ведущих тенденций развития мировой теории и практики социальной работы, психологии свидетельствуют о том, что в этой области происходят новые важные процессы. Усиливается гуманистическая направленность социальной деятельности в целом, которая ориентируется не только на защиту отдельного индивида в его конкретной трудной ситуации, но и на целостный подход к человеку. Растет общественное признание социальной работы и психологии как общественно значимых профессий. Психология и социальная работа многогранны. Они связаны с человеком в целом – в его биологическом, социальном и духовном параметрах, обусловлены совокупностью взаимосвязанных факторов, характеризующих все разнообразие человеческого поведения и взаимоотношений.

Успешный социальный работник должен быть не только в какой-то степени профессиональным психологом, но и психотерапевтом. Социальная работа является интегративной дисциплиной. Методологический принцип целостности предполагает системный, целостный характер самой профессиональной деятельности социального работника. Если посмотреть на социальную работу как на вид деятельности, то можно заметить, что эта профессия соединяет в себе множество знаний и навыков из других областей. Действительно, есть специалисты, специализирующиеся строго в своей

области. Но социальная работа пытается уйти от этого узкого подхода. Она видит человека и понимает его как целостное существо, которое в конкретной ситуации испытывает трудности определенного характера. Когда мы говорим о том, что социальный работник должен быть психологом и психотерапевтом, то не имеем в виду его профессиональную деятельность в качестве психолога или психотерапевта, а говорим лишь о профессиональных функциях, компонентах профессиональной деятельности социального работника. Это чрезвычайно важно, т.к. любая профессия, в том числе и социальная работа, имеет «сферу компетентности».

Одновременно с этим нам хочется отметить, что для эффективной социальной и психологической работы в рамках «профессионал – личность» и «профессионал–группа» психологическая и психотерапевтическая компоненты являются исключительно важными, если не сказать основными. Поэтому для нас важна методологическая рефлексия личности и человека.

1.4 Основные и специфические методы общей психологии.

Психология, как и каждая наука, пользуется целой системой различных частных методов, или методик. Основными методами исследования в психологии, как и в ряде других наук, являются наблюдение и эксперимент. Каждый из этих общих методов научного исследования выступает в психологии в различных и более или менее специфических формах; существуют разные виды и наблюдения и эксперимента. Наблюдение в психологии может быть самонаблюдением или внешним наблюдением, обычно в отличие от самонаблюдения именуемым объективным. Внешнее, так называемое объективное, наблюдение может в свою очередь подразделяться на прямое и косвенное. Точно так же существуют различные формы или виды эксперимента. Разновидностью эксперимента является так называемый естественный эксперимент, являющийся формой промежуточной между экспериментом и простым наблюдением.

Помимо этих основных методов, которые получают в психологии специфическое выражение в соответствии с особенностями ее предмета, в психологии пользуются рядом промежуточных и вспомогательных методик.

Ввиду роли, которую в методике психологического исследования играет генетический принцип, можно, далее, говорить о генетическом принципе или методе психологического исследования. Генетический метод в психологии, т. е. использование изучения развития психики как средства для раскрытия общих психологических закономерностей, – не сопоставляется с наблюдением и экспериментом в одном ряду и не противопоставляется им, а необходимо на них опирается и строится на их основе, поскольку установление генетических данных в свою очередь основывается на наблюдении или эксперименте.

При использовании различных методов психологического исследования необходимо считаться с особенностями изучаемой проблемы. Так, например, при изучении ощущений вряд ли какой-либо другой метод может быть так эффективен, как экспериментальный. Но при изучении высших проявлений человеческой личности серьезно встает вопрос о возможности «экспериментировать» над человеком.

Методика исследования всегда отражает ту или иную методологию. В соответствии с общими принципиальными установками нашей психологии специфические черты должна носить и ее методика.

1. Психика, сознание изучается нами в единстве внутренних и внешних проявлений. Взаимосвязь психики и поведения, сознания и деятельности в ее конкретных, от ступени к ступени и от момента к моменту изменяющихся формах является не только объектом, но и средством психологического исследования, опорной базой всей методики.

В силу единства сознания и деятельности различие в психологической природе акта деятельности сказывается и во внешнем его протекании. Поэтому всегда существует некоторое соотношение между внешним протеканием процесса и его внутренней природой; однако это отношение не

всегда адекватно. Общая задача всех методов объективного психологического исследования заключается в том, чтобы адекватно выявить это отношение и, таким образом, по внешнему протеканию акта определить его внутреннюю психологическую природу. Однако каждый отдельный, изолированно взятый акт поведения допускает обычно различное психологическое истолкование. Внутреннее психологическое содержание действия раскрывается обычно не из изолированно взятого акта, не из отдельного фрагмента, а из системы деятельности. Лишь учитывая деятельность индивида, а не только какой-нибудь изолированный акт, и соотнося ее с теми конкретными условиями, в которых она совершается, можно адекватно раскрыть то внутреннее психологическое содержание действий и поступков, которое может быть высказано и может быть утаено в высказываниях человека, но обнаруживается в его действиях.

Этот принцип объективного психологического исследования реализуется многообразными методическими средствами, зависящими от особенностей предмета исследования.

2. Поскольку решение психофизической проблемы, из которого исходит наша психология, утверждает единство, но не тождество психического и физического, психологическое исследование, никак не растворяясь в физиологическом и не сводясь к нему, однако необходимо предполагает и часто включает физиологический анализ психологических (психофизических) процессов. Вряд ли, например, возможно научное изучение эмоциональных процессов, не включающее физиологического анализа входящих в их состав физиологических компонентов.

Психологическое исследование никак не может и в этом отношении замкнуться в чисто имманентном – феноменологическом описании психических явлений, оторванном от изучения их психофизиологических механизмов.

Неправильно было бы недооценивать значение физиологических методик в психологическом исследовании. В частности, павловская методика условных рефлексов является мощным средством анализа чувствительности.

Однако физиологический анализ и, значит, физиологическая методика в психологическом исследовании может играть лишь вспомогательную роль и должна занимать в нем поэтому подчиненное место.

Решающим вопросом при этом является, однако, не столько разграничение и подчинение одного из них другому, сколько умение правильно их соотнести, так чтобы в конкретной практике психофизического исследования они образовали подлинное единство. Под этим углом зрения должна быть пересмотрена пронизанная дуализмом постановка исследований в традиционной психофизиологии ощущения и движения и развернута целая система психофизических исследований, конкретно реализующих общий принцип психофизического единства.

3. Поскольку материальные основы психики не сводятся к ее органическим основам, поскольку образ мыслей людей определяется образом их жизни, их сознание – общественной практикой, методика психологического исследования, идущего к психологическому познанию человека, отправляясь от его деятельности и ее продуктов, должна опираться на социально–исторический анализ деятельности человека. Лишь правильно определив подлинное общественное содержание и значение тех или иных поступков человека и объективных результатов его деятельности, можно прийти к правильному их психологическому истолкованию. Психическое не должно при этом социологизироваться, т.е. сводиться к социальному; психологическое исследование должно поэтому сохранять свою специфичность и самостоятельность, не растворяясь, а лишь – где это требуется – опираясь на предварительный социологический анализ человеческой деятельности и ее продуктов в общественно–исторических закономерностях их развития.

4. Целью психологического исследования должно быть раскрытие специфических психологических закономерностей. Для этого необходимо не оперирование одними лишь статистическими средними, а анализ конкретных индивидуальных случаев, потому что действительность конкретна и лишь ее конкретным анализом можно раскрыть реальные зависимости. Принцип индивидуализации исследования должен быть важнейшим принципом нашей методики. Однако задача теоретического психологического исследования заключается не в жизнеописании отдельного индивида в его единичности, а в том, чтобы от единичного перейти к всеобщему, от случайного к необходимому, от явлений к существенному в них. Для теоретического психологического исследования изучение индивидуальных случаев является поэтому не особой областью или объектом, но средством познания. Через изучение индивидуальных случаев в их вариативности психологическое исследование должно идти к истинной своей цели – к установлению все более общих и существенных закономерностей. Установка на индивидуализацию исследования и на раскрытие реальных закономерностей должна быть поставлена в нашей психологии во главу угла – в принципиальной противоположности всем концепциям, для которых суть заключается в том, чтобы устанавливать стандарты, оперируя статистическими средними.

5. Психологические закономерности раскрываются в процессе развития. Изучение развития психики является не только специальной областью, но и специфическим методом психологического исследования. Генетический принцип является существенным принципом нашей методики. При этом суть дела заключается не в том, чтобы проводить статистические срезы на различных этапах развития и фиксировать различные уровни, а в том, чтобы сделать именно переход с одного уровня на другой предметом исследования и вскрыть таким образом динамику процессов и их движущие силы. В частности, при изучении психического развития в онтогенезе задача заключается не в том, чтобы зафиксировать посредством как бы

моментальных снимков различные, по существу абстрактные, уровни умственного развития и отнести к ним различных детей, как бы разнеся их по различным этажам и полкам, а в том, чтобы в ходе самого исследования продвинуть детей с одного «уровня» на следующий, высший, и проследить в реальном процессе развития его существенные закономерности.

6. Поскольку продвижение детей с одного уровня или ступени психического развития на другой совершается в процессе обучения, генетический принцип в вышераскрытом его понимании требует в качестве существенного своего развития и дополнения применительно к психологии ребенка, помимо индивидуализации, еще «педагогизацию» психологического исследования. Надо изучать ребенка, обучая его. Но принцип педагогизации психологического изучения ребенка означает не отказ от экспериментального исследования в пользу педагогической практики, а включение принципов педагогической работы в самый эксперимент.

То положение, что надо изучать детей, обучая их, является частным случаем более общего положения, согласно которому мы познаем явления действительности, воздействуя на них (в частности, самое глубокое и конкретное познание людей достигается в процессе их переделки). Это одно из основных положений нашей общей методологии и теории познания. Оно может и должно получить многообразное конкретное осуществление в методике психологического исследования. Так, при изучении патологических явлений психики у больного индивида терапевтическое воздействие дает возможность не только выправить, но и глубже познать их.

Таким образом, в самой методике, в «практике» исследования закладывается единство, связь между теорией и практикой, между научным познанием психических явлений и реальным практическим воздействием на них.

7. В рамках нашей общей концепции новый смысл и характер может приобрести использование в методике психологического исследования продуктов деятельности, поскольку в них материализуется сознательная

деятельность человека (изучение продуктов умственной деятельности и творчества в исследовании мышления, воображения). Психологическое исследование никак не должно при этом основываться на механической регистрации голый результативности деятельности и пытаться устанавливать в ней и навсегда фиксировать стандартные показатели психического состояния.

Один и тот же внешний результат может иметь самое различное психологическое содержание в зависимости от того, в какой конкретной ситуации он имел место. Поэтому раскрытие психологического содержания результатов каждого объективного исследования, исходящего из внешних данных, его расшифровка и правильная интерпретация требуют обязательного учета, а значит, и изучения конкретной личности в конкретной ситуации. Это положение должно стать одним из основных в методике нашего психологического исследования, особенно при изучении высших, наиболее сложных проявлений личности, – в противоположность обезличению.

Поскольку при этом личность и ситуация в их конкретной реальности выходят за пределы только психологических явлений, психологическое исследование, не утрачивая своего характера и специфичности своего объекта, требует тщательного учета целого ряда моментов, выходящих за пределы чисто психологического.

Тема 2. Развитие психики человека и животных

2.1 Мозг и психика.

Психические явления тесно связаны с работой мозга человека. Эта мысль была сформулирована еще в первом тысячелетии до нашей эры Алкмеоном Кротонским (V в. До н.э.) и поддерживалась Гиппократом (ок. 460 – ок. 377 г. До н.э.). в течение более чем двухтысячелетней истории развития психологических знаний она оставалась неоспоримой, развиваясь и углубляясь по мере получения новых данных о работе мозга и новых

результатов психологических исследований. В начале XX века из двух разных областей знаний – физиологии и психологии оформились две специальные науки, которые занялись изучением связей между психическими явлениями и органическими процессами, происходящими в мозге человека. Это физиология высшей нервной деятельности и психофизиология. Представители первой науки обратились к изучению тех органических процессов, происходящих в мозге, которые непосредственно касаются управления телесными реакциями и приобретения организмом нового опыта. Представители второй науки сосредоточили свое внимание в основном на исследовании анатома – физиологических основ психики. Общим для ученых, называющих себя специалистами по высшей нервной деятельности и по психофизиологии, стало понятие научения, включающее в себя явления, связанные с памятью и в результате приобретения организмом нового опыта одновременно обнаруживающиеся на анатома – физиологическом, психологическом и поведенческом уровнях.

Большой вклад в понимание того, как связана работа мозга и организма человека с психологическими явлениями и поведением, внес И.М. Сеченов. Позже его идеи развил в своей теории физиологических коррелятов психических явлений И.П. Павлов, открывший явление условнорефлекторного научения. В наши дни его идеи послужили основанием для создания новых, более современных психофизиологических теорий, объясняющих научение и поведение в целом (Н.А. Бернштейн, К. Халл, П.К. Анохин), а также механизмы условнорефлекторного приобретения опыта (Е.Н. Соколов). По мысли И.М. Сеченова психические явления входят как обязательный компонент в любой поведенческий акт и сами представляют собой своеобразные сложные рефлексы. Психическое, считал Сеченов, столь же объяснимо естественнонаучным путем, как и физиологическое, так как оно имеет ту же самую рефлекторную природу. Своеобразную эволюцию со времени первого своего появления с начала XX в. До наших дней претерпели идеи И.П. Павлова, связанные с понятием

условного рефлекса. Изначально на это понятие возлагали большие надежды в объяснении психических процессов и научения. Однако, эти надежды полностью не оправдались. Условный рефлекс оказался слишком простым физиологическим явлением, чтобы на его основе можно было понять и к нему свести все сложные формы поведения, тем более психические феномены, связанные с сознанием и волей. Вскоре, после открытия условнорефлекторного научения были обнаружены и описаны иные пути приобретения живыми существами жизненного опыта – импринтинг, оперантное обусловливание, викарное научение, которые существенно расширили и дополнили знания о механизмах научения, свойственных человеку. Но, тем не менее, идея условного рефлекса как одного из способов приобретения организмом нового опыта осталась и получила дальнейшую разработку в работах психофизиологов, в частности Е.Н. Соколова и Ч.А. Измайлова. Наряду с этим наметились новые, более перспективные направления разработки проблемы связи психики и мозга. Они касались, с одной стороны, роли, которую психические процессы совместно с физиологическими играют в управлении поведением, а с другой – построения общих моделей регуляции поведения с участием в этом процессе физиологических и психологических явлений (Н.А. Бернштейн, К. Халл, П.К. Анохин). Результаты исследований условнорефлекторных физиологических механизмов поведения на уровне целостного организма были дополнены данными, полученными при изучении поведения на нейронном уровне.

Значительный вклад в решение соответствующих вопросов внесли отечественные представители нейропсихологии и психофизиологии. Они основали свою школу в психофизиологии поведения, двигательной активности и органов чувств (восприятие, внимание, память). Е.Н. Соколовым и Ч.А. Измайловым было предложено понятие концептуальной рефлекторной дуги. В блок – схеме концептуальной рефлекторной дуги выделяют три взаимосвязанные, но относительно автономно действующие системы нейронов: афферентную (сенсорный анализатор), эффекторную

(исполнительную – органы движения) и модулирующую (управляющую связями между афферентной и эффекторной системами). Афферентная система, начинающаяся с рецепторов, состоит из нейронов – преддетекторов, производящих общую предварительную обработку информации, поступающей на органы чувств, и нейронов – детекторов, выделяющих в ней стимулы определенного рода, избирательно настроенных, реагирующих только на такие стимулы. Эффекторная система включает командные нейроны, мотонейроны и эффекторы, т.е. нервные клетки, в которых происходит выработка команд, идущих от центра к периферии, и части организма, ответственные за их исполнение. Модулирующая система содержит нервные клетки (модулирующие нейроны), связанные с переработкой информации, циркулирующей между нейронными сетями, составляющими афферентную и эффекторную подсистемы концептуальной рефлекторной дуги.

Схему работы концептуальной рефлекторной дуги можно представить себе следующим образом. На рецепторы – специфические аппараты органов чувств, способные воспринимать и реагировать на определенные физические воздействия, поступают сигналы – стимулы. Рецепторы в свою очередь связаны с селективными детекторами – нейронами, избирательно реагирующими на те или иные стимулы, причем эта связь может быть прямой или осуществляться через преддетекторы. Селективные детекторы работают по следующему принципу: определенной комбинации возбуждения рецепторов соответствует максимум возбуждения на одном из селективных нейронов – детекторов. От детекторов сигналы далее поступают на командные нейроны. Уровень возбуждения командных нейронов регулируется работой модулирующих нейронов. От командных нейронов возбуждение далее поступает на мотонейроны, связанные с органами движения и другими эффекторами. В работу концептуальной рефлекторной дуги включен механизм обратной связи. Через механизм обратной связи регулируется возбудимость рецепторов, эффекторов и самих нейронов.

Выделение основных элементов концептуальной дуги, пишет Е.Н. Соколов, явилось результатом обобщения данных о нейронных механизмах рефлексов у животных, стоящих на разных ступенях эволюционной лестницы. Н.А. Бернштейн доказал, что даже простое движение, приобретенное при жизни, не говоря уже о сложной человеческой деятельности и поведении в целом, не может быть выполнено без участия психики. Наивысший уровень регуляции вновь осваиваемых сложных движений обязательно связан с сознанием человека и является ведущим для этого движения. Подчиненные ему нижележащие уровни называются фоновыми. Эти компоненты обычно остаются за порогом сознания. Как только движение превращается в автоматизированный навык и переключается с ведущего уровня на фоновый, процесс управления им, его контроля уходит из поля сознания. Однако в самом начале освоения нового движения сознание присутствует всегда. Исключение составляют только наиболее простые движения, для которых в организме уже имеются готовые врожденные или приобретенные механизмы. Характерным явлением, сопровождающим переключение движения с более высокого уровня на более низкий, выступает «снятие зрительного контроля и замена его проприоцептивным. Это явление заключается в том, что субъект оказывается в состоянии делать какую – то часть работы не глядя».

Американский ученый К. Халл явился основоположником современной психофизиологической теории научения, объясняющей, каким образом организм приобретает и совершенствует жизненный опыт. К. Халл рассматривал живой организм как саморегулирующую систему со специфическими механизмами поведенческой и генетико – биологической регуляции. Эти механизмы, в основном врожденные, служат для поддержания оптимальных условий физического и биохимического равновесия в организме – гомеостаза, включаются в действия, когда он нарушен. В основу теории Халла был положен ряд постулатов, вытекающих из имеющихся знаний по физиологии организма и мозга, полученных ко

второй трети XX в. Сформировав 16 таких постулатов с помощью определенных правил, представляющихся достаточно обоснованными, К. Халл дедуктивно построил теорию поведения организма, многие выводы из которой впоследствии нашли экспериментальное подтверждение.

П.К. Анохин предложил модель организации и регуляции поведенческого акта, в которой есть место для всех основных психических процессов и состояний. Она получила название модели функциональной системы. Функциональная система содержит «обстановочную афферентацию», представляющую собой совокупность разнообразных воздействий, которым подвергается человек, оказавшийся в той или иной ситуации. Многие связанные с ней стимулы могут оказаться несущественными, и только некоторые из них, вероятно, вызовут интерес – ориентировочную реакцию. Эти факторы называются «пусковой стимул». Прежде чем вызвать поведенческую активность, обстановочная афферентация и пусковой стимул должны быть восприняты, т.е. субъективно отражены человеком в виде ощущений и восприятий, взаимодействие которых с прошлым опытом (памятью) порождает образ. Сформировавшись, образ сам по себе поведения не вызывает. Он обязательно должен быть соотнесен с мотивацией и той информацией, которая хранится в памяти. Сравнение образа с памятью и мотивацией через сознание приводит к принятию решения, к возникновению в сознании человека плана и программы поведения: нескольких возможных вариантов действий, которые в данной обстановке и при наличии заданного пускового стимула могут привести к удовлетворению имеющейся потребности. В центральной нервной системе (ЦНС) ожидаемый итог действий представлен в виде своеобразной нервной модели – акцептора результата действия. Когда он задан и известна программа действия, начинается процесс осуществления действия. С самого начала выполнения действия в его регуляцию включаются воля и информация о действии через обратную афферентацию передается в ЦНС, сличается там с акцептором действия, порождая

определенные эмоции. Туда же через некоторое время попадают и сведения о параметрах результата уже выполненного действия. Если параметры выполненного действия не соответствуют акцептору действия (поставленной цели), то возникает отрицательное эмоциональное состояние, создающее дополнительную мотивацию к продолжению действия, его повторению по скорректированной программе до тех пор, пока полученный результат не совпадет с поставленной целью (акцептором действия). Если же это совпадение произошло с первой попытки выполнения действия, то возникает положительная эмоция, прекращающая его. Теория функциональной системы П.К. Анохина расставляет акценты в решении вопроса о взаимодействии физиологических и психологических процессов и явлений. Она показывает, что те и другие играют важную роль в совместной регуляции поведения, которое не может получить полное научное объяснение ни на основе только знания физиологии высшей нервной деятельности, ни на основе исключительно психологических представлений.

А.Р. Лурия предложил выделить три анатомически относительно автономные блока головного мозга, обеспечивающие нормальное функционирование соответствующих групп психических явлений. Первый – блок мозговых структур, поддерживающих определенный уровень активности. Он включает неспецифические структуры разных уровней: ретикулярную формацию ствола мозга, структуры среднего мозга, глубинных его отделов, лимбической системы, медиобазальные отделы коры лобных и височных долей мозга. От работы этого блока зависит общий уровень активности и избирательная активизация отдельных подструктур, необходимая для нормального осуществления психических функций. Второй блок связан с познавательными психическими процессами, восприятием, переработкой и хранением разнообразной информации, поступающей от органов чувств: зрения, слуха, осязания и т.п. Его корковые проекции в основном располагаются в задних и височных отделах больших полушарий. Третий блок охватывает передние отделы коры головного мозга. Он связан с

мышлением, программированием, высшей регуляцией поведения и психических функций, сознательным их контролем.

2.2 Развитие психики в животном мире.

С возникновением под влиянием условий жизни нервной системы, основным свойством которой является чувствительность к воздействиям окружающей среды, возникло психическое отражение, которое усложнялось из – за усложнения условий жизни, что повлекло за собой усложнение строения организма. Различают следующие основные стадии развития психики животных:

- а) элементарная сенсорная психика;
- б) перцептивная психика;
- в) интеллект.

Стадия элементарной сенсорной психики. Характерная особенность стадии развития психики заключается в том, что поведение животных обуславливается действием на организм отдельных свойств предметов, в окружении которых живут животные (химических, световых, температурных и т.д.). эта стадия свойственна преимущественно беспозвоночным и тем позвоночным, которые обитают в воде, земноводным и пресмыкающимся, у которых нет предметного восприятия. На этой стадии происходит дифференциация чувствительности к свету, осязания, запахов, двигательная чувствительность, в результате чего возникают и развиваются анализаторы – касательный, обоняние, зрительный и слуховой. Уровень развития анализаторов и их рецепторной части зависит от особенностей условий жизни живых существ. Общеизвестна чувствительность насекомых к температурным изменениям, зрительная чувствительность. Пчелы различают цвета и формы цветов, но не геометрические фигуры. Большинство насекомых являются глухими. Лишь те из них имеют слух, которые собственными движениями (крылышками) вызывают достаточно интенсивное колебание звуковых волн.

Стадия перцептивной психики. На ее основе развивается перцептивная стадия деятельности животных. Для этой стадии характерно отображение предметов как целого, а не отдельных их свойств, как это наблюдается на сенсорном этапе развития психики. Например, если животное с перцептивной психикой ограждать от пищи, то оно будет реагировать не только на предмет, на который направлена его деятельность (пищу), но и на условия, при которых эта деятельность происходит, т.е. пытаться преодолеть препятствие. Стадия перцептивной психики свойственна млекопитающим. Она предопределяется существенными анатомо – физиологическими изменениями в организме: развитием больших полушарий головного мозга, особенно их коры, и развитием дистантных анализаторов (зрительного, слухового), усилением интеграционной деятельности коры. Условно – рефлексорная деятельность коры больших полушарий на уровне перцептивной психической деятельности является основой для образования воображения. Продолжительность хранения образов памяти увеличивается с эволюцией позвоночных животных. Продолжительность хранения образов памяти – ценная особенность развития перцептивного уровня психики. Эта особенность является важной предпосылкой возникновения интеллектуального поведения животных. На стадии перцептивной психики происходят сложные изменения в процессах различения и обобщения представлений. Возникает дифференциация и обобщение образов предметов. Эти обобщения не сумма отдельных ощущений, вызванных одновременным действием раздражителей, свойств различных предметов, а их единство, своеобразная интеграция, которая является основой для переноса операций из одной конкретной ситуации в другую, объективно похожую на нее, что существенно усложняет поведение животных на данном этапе психического развития. Успешность дифференциации и обобщения зависит не только от степени сходства, как от биологической роли того, что влияет на животное. Развитие обобщения на стадии перцептивной психики связано с развитием интегративных зон коры больших полушарий головного мозга, которые

объединяют движения в целостную операцию (двигательные поля), ощущения в целостный образ (сенсорные поля).

Стадия интеллекта. Психика большинства млекопитающих остается на перцептивной стадии. Но у антропоидов – человекоподобных обезьян отражательная деятельность поднимается еще на одну ступень своего развития. Эту высшую ступень называют стадией интеллекта, или «ручного мышления». Как показали исследования, обезьянам, особенно шимпанзе, свойственна элементарная умственная деятельность, зачатки наглядно – действенного мышления. Обезьяны быстрее, чем другие животные, учатся и переучиваются, проявляют большую подвижность процессов возбуждения и торможения. И. Павлов отмечал, что аналитико – синтетическая деятельность коры головного мозга собаки – это конкретное, элементарное мышление. Однако, умственная деятельность, интеллект животных – это совсем не то, что разум человека. Между ними существуют очень большие различия. Для стадии интеллекта характерно решение задач. Обезьяна (шимпанзе) в экспериментальных условиях не могла непосредственно достать банан. В клетке, где она находилась, лежала палка, с помощью которой можно было получить еду. Сначала шимпанзе пытается достать еду рукой, но терпит неудачу. Неудача на некоторое время отвлекает обезьяну от пищи. Она, увидев палку, начинает ей манипулировать. Если палка и пища попадают в одно поле зрения, обезьяна направляет палку на еду и овладевает ею. Такие исследования проводились в разных вариациях. Обезьяны успешно решали поставленные перед ними задачи. Самыми сложными были двухфазные задания, которые состояли в том, что пищу можно было достать длинной палкой, но в начале эту длинную палку нужно было достать короткой, которая была в пределах непосредственной досягаемости. Это задание обезьяны также успешно решали. Обезьяны способны объединять в один акт два действия последовательной операции, из которых первая является подготовительной для осуществления второй, решающей операции.

2.3 Сознательное и бессознательное в психике человека.

Надо пояснить, что термины «бессознательное» и «сознательное» могут иметь различные значения. В одном случае они характеризуют субъективное состояние человека; это значение терминов называется функциональным. Сознательным является индивид, осознающий тот или иной происходящий в нем психический процесс, т.е. отдающий себе отчет в своих чувствах, помыслах, идеях и т.д. напротив, бессознательным в этом смысле называется состояние, при котором человек не отдает себе отчета в каких – либо происходящих в нем психических процессах, в том числе сенсорных. Индивид, осознающий то или иное чувство, является по отношению к этому чувству сознательным. Если же индивид не осознает какое – либо чувство, он является по отношению к нему личностью бессознательной. Необходимо иметь в виду, что термин бессознательное определяет лишь неосознанность каких – либо чувств, желаний, страхов и т.д., а вовсе не их отсутствие.

Термины «сознательное» и «бессознательное» имеют помимо функционального, еще одно значение. В данном случае речь ведется о принципе определенного размещения сознательного и бессознательного в психике человека и их смысловом наполнении. В подобной трактовке «сознательное» и «бессознательное» представляют собой две различные части личности индивида, каждая из которых имеет свое особое содержание.

По Фрейду, бессознательное представляет собой хранилище всего иррационального. Со своей стороны, Юнг рассматривает бессознательное как глубочайшую кладовую мудрости, а сознательному отводит роль вместилища человеческого интеллекта. Бессознательное вбирает в себя все, что не способно разместиться в высших уровнях человеческой психики. Это можно сравнить с подвалом дома, куда отправляются вещи, которым не нашлось места на жилых этажах. «подвал», во фрейдовском понимании, заключает в себе человеческие пороки, для Юнга же он является в первую очередь кладезем человеческой мудрости.

Употребление термина «бессознательное» в узком смысле является неудачным, что отмечал, в частности, Г.С. Саливан. Как результат это приводит к недостаточно полному представлению о психических явлениях.

Наконец термин «сознательное» имеет еще одно, порой приводящее к путанице, значение. Если сознательное отождествляется с рефлектирующим интеллектом, то бессознательное – с нерекфлектируемым опытом. Если исходить из того, что значение терминов «сознательное» и «бессознательное» в данном контексте легко понимается и нет путаницы с двумя их другими значениями, то подобное их употребление вполне допустимо. Однако, использование этих терминов не всегда удачно. Безусловно, интеллектуальная рефлексия всегда осознана, однако, не все сознательное является интеллектуальной рефлексией.

2.4 Л.С. Выготский о развитии сознания у человека.

Изучение механизма, который изменяет психику ребенка, приводя к появлению специфических для человека высших психических функций, было предпринято Л.С. Выготским. Таким механизмом он считал интериоризацию, прежде всего интериоризацию знаков (искусственно созданных человечеством стимулов) – средств, предназначенных для управления своим и чужим поведением. При этом знаки, будучи продуктом общественного развития, несут на себе отпечаток культуры того социума, в котором растет ребенок. Дети усваивают знаки в процессе общения и начинают использовать их для управления своей внутренней психической жизнью. Благодаря интериоризации знаков, у детей формируется знаковая функция сознания, происходит становление таких собственно человеческих психических процессов, как логическое мышление, воля, речь. Л.С. Выготский определил область своего исследования как «вершинную психологию» (психологию сознания), которая противостоит двум другим – «поверхностной» (психологии поведения) и «глубинной» (психоанализ). Он рассматривал сознание как «проблему структуры поведения».

Сегодня мы можем сказать, что три сферы человеческого бытия: чувства, интеллект и поведение изучаются в крупнейших психологических концепциях – психоанализе, теории интеллекта и бихевиоризме. Приоритет же в развитии «вершинной психологии» или психологии развития сознания, принадлежит отечественной науке. Согласно концепции Выготского, психика человека имеет культурно – исторический характер. В процессе истории человечество выработало определенные средства, с помощью которых человек строит свои отношения с миром, с окружающими людьми, с самим собой. Эти средства воплощены во всем, что составляет человеческую культуру, начиная от способов действия с различными предметами (например, пользование ложкой), более сложных способов человеческой деятельности до высших образцов науки, произведений искусства. Поэтому высшие формы психики – опосредствованные формы. Психическое развитие ребенка, считал Выготский – это, прежде всего процесс его культурного развития, овладения, присвоения культурно заданных средств действия с предметами и овладения собой, своей психической деятельностью, в результате чего развиваются собственно человеческие высшие психические функции, и формируется личность.

Говоря о том, что существуют натуральные и высшие, т.е. культурно обусловленные психические функции, Л.С. Выготский пришел к выводу, что главное различие между ними состоит в уровне произвольности. В отличие от натуральных психических процессов, которые не поддаются регуляции со стороны человека, высшими психическими функциями люди могут сознательно управлять. Эта регуляция связана с опосредованным характером высших психических функций, причем опосредуются они знаком, или стимулом – средством, который создает дополнительную связь между воздействующим стимулом С и реакцией Р человека (как поведенческой, так и мыслительной). В отличие от стимула – средства, который может быть изобретен самим ребенком (например, палочка вместо градусника), знаки не изобретаются детьми, а приобретаются ими в общении со взрослыми.

Таким образом, знак появляется вначале во внешнем плане, в плане общения, а затем переходит во внутренний план, план сознания.

Тема 3. Личность

3.1 Индивид, личность, индивидуальность.

Индивид есть отдельно взятый человек. Понятие «индивид» означает единичного человека, характеристика которого безликость – это всегда один из многих. Это понятие указывает определенность родовой принадлежности человека: всякий *homo sapiens* есть индивид. В отношении других людей это понятие абстрактно характеризует его отдельность. Понятие «индивид» содержит возможность дальнейшей конкретизации изучения человека.

Индивидуальность – понятие характеризующее своеобразность, совокупность качеств и отличительных свойств человека. Это особенное, неповторимое в индивиде. В формировании индивидуальности значительная роль принадлежит наследственным факторам и неповторимому природному развитию человека (биологическим процессам, среде обитания и т.д.). так, новорожденный уже индивидуальность – уникальный и неповторимый человек. Индивидуальность новорожденного здесь – это его личная уникальность и биопсихологическая неповторимость. Понятие «индивидуальность» характеризует неповторимость, самобытность и незаменимость человека.

Личность есть социально одаренная индивидуальность. Это то, что характеризует человека среди себе подобных в плане социально выработанных свойств и качеств. В этом смысле понятие «личность» противоположно понятию «индивид». Такая оценка личности заостряет внимание на ее общественной жизнедеятельности, проявляющейся в общении с другими индивидами. Это индивид с развитой эмоционально-волевой сферой, представитель своих мыслей, взглядов, суждений, активный субъект, оценивающий и занимающий определенную позицию по отношению к мировоззрению, ценностям и поведению. Субъективно, для

индивида, личность выступает как образ его «Я». Академик И.С. Кон построил структурную модель «самости»:

- а) экзистенциальное Я или эго – субъективно – деятельное начало;
- б) Я – концепция или рефлексивное, категорийное Я – представление Я о самом себе;
- в) «переживаемое» Я – не определяемое логическими формами, понятиями.

Личность – не застывшая оценка индивида. Она реализует себя в различных видах социального общения и в деятельности. Личность здесь – сумма поступков. Личность формируется в деятельности, общении, требующих постоянной самооценки. Способность самооценки и самосознания образуют неповторимую специфику личности, защищают ее достоинство. Личность представляет собой диалектическое единство общего (социально – типического), особенного (национального, профессионального и др.), отдельного (индивидуального). Личность характеризует постоянное духовное усилие, активность, автономность и индивидуальное сознание. Личность всегда принадлежит к какой – нибудь социальной общности: семье, государству, профессиональной группе и т.п. как индивид личность социальна и стремится жить с другими. На личном уровне это вызывает желание корпоративности личности, а это придает смысл и направленность ее жизнедеятельности. Исторические личности в силу принадлежности к той или иной социальной группе в собственной индивидуальности и собственной активности отражают идеи, ценности, интересы, желания социальной группы или групп, к которым принадлежали. Личность всегда формируется в обществе, и, являясь всегда активным субъектом общества, она еще и объект деятельности, совокупность общественных функций в нем. Становление личности, ее признание обществом происходит в процессе социализации, т.е. в процессе усвоения индивидом определенной системы знаний, норм и ценностей, позволяющих ему осуществлять свою жизнедеятельность

адекватным для данного общества способом. Существуют различные подходы к осмыслению личности.

3.2 Основные теории личности.

В настоящее время нет общепринятого мнения о том, какой подход в изучении личности наиболее эффективен для объяснения основных фактов поведения человека. На данный момент сосуществуют разные альтернативные теории, описывающие личность как интегрирующее целое и вместе с тем объясняющие различия между людьми. В большинстве теоретических определений личность рассматривается как общая идея индивидуальных различий, как гипотетическая структура, как процесс развития на протяжении жизни, а также как сущность, объясняющая стабильные формы поведения. Сфера исследований личности пытается синтезировать и интегрировать соответствующие принципы из всех областей.

Основные функции теорий личности:

- а) обеспечение понятийной основы, чтобы объяснять какие – либо классы наблюдаемых, взаимосвязанных явлений;
- б) предсказание событий и связей, до сих пор не изучавшихся.

Теории личности фокусируются на следующих аспектах поведения человека: структура мотивации, развитие, психопатология, психическое здоровье, изменение поведения посредством психотерапии. Теории личности основываются на разных исходных положениях о природе человека.

Отечественные теории личности А. Мясищев, Смирнов, Малышев утверждают, что личность – это система отношений, отношения – это компоненты структуры. Например, Мясищев утверждал, что личность как социальный продукт определяется, прежде всего, социальным значением направленности (т.е. «доминирующего свойства, подчиняющего себе другие и определяющего жизненный путь человека»). Уровень личности выражается степенью ее сознательности, идейным богатством и т.д. если доминирующее отношение охватывает все стороны личности, то она характеризуется

цельностью. Недостатком подобного рода понимания личности является нечеткость, многозначность.

Б. Ананьев, Платонов, Мерлин утверждают, что личность – не весь человек, а лишь его социальные качества, это не просто субъект деятельности. Основные компоненты структуры личности – «некие абстрактные духовные образования». Ананьев считал, что личностью становится любой индивид в той мере, в какой он начинает сознательно определяться. Личность характеризуется совокупностью общественных отношений и определяемой ими позицией в обществе.

Платонов: концепция динамической функциональной структуры личности. Он выделяет четыре подструктуры – взаимосвязанные стороны личности (группы качеств):

а) социальная подструктура (направленность отношения, мораль – не имеют непосредственно природных задатков и формируются путем воспитания);

б) подструктура опыта (знания, умения, навыки, привычки);

в) подструктура форм отражения (тип памяти и т.д.);

г) биологически обусловленная подструктура – биологические свойства (темперамент, возраст, патологии).

Рубинштейн утверждает, что личность – это совокупность внутренних условий, через которые преломляются внешние воздействия. Этого определения придерживаются многие исследователи, но оно слишком общее.

Зарубежные теории личности. Основатель психоанализа З. Фрейд утверждает, что личность включает в себя три структурных компонента: Ид (инстинктивное ядро личности, подчиняется принципу удовольствия), Эго (рациональная часть личности, подчиняется принципу реальности), Супер – эго (формируется последним, это моральная сторона личности). Развитие личности соответствует психосексуальному развитию человека. Стадии: оральная, анальная, фаллическая (комплексы: Эдипов, Электры), латентная, генитальная. Зрелая личность – способная и стремящаяся работать, чтобы

создать нечто полезное и ценное, способная любить другого человека «ради него самого».

Индивидуальная психология. А. Адлер утверждает, что люди стараются компенсировать чувство собственной неполноценности, которое испытывали в детстве. Отсюда борьба за превосходство (или стремление к власти). Такие импульсы присутствуют в каждом человеке. Для достижения своих фиктивных целей человек вырабатывает свой уникальный стиль жизни (наиболее отчетливо проявляется в решении трех задач: работа, дружба и любовь). На формирование личности влияет порядок рождения. Последний конструкт личности – социальный интерес (внутренняя тенденция человека к участию в создании идеального общества). Степень его выраженности – показатель психологического здоровья.

Аналитическая психология. К.Г. Юнг утверждает, что личность состоит из трех взаимодействующих структур: Эго (все то, что человек осознает), личное бессознательное (все подавленное и комплексы), коллективное бессознательное (состоит из архетипов, в которых заключен весь опыт человечества). Личность может достичь равновесия лишь в результате длительного процесса психологического созревания (индивидуации), когда человек может признать все скрытые и игнорируемые им стороны собственной личности, как на бессознательном, так и на сознательном уровнях.

Неофрейдизм. Э. Эриксон, Э. Фромм, К. Хорни. Здесь придается особое значение Эго и его функциям. Эриксон утверждает, что Эго – это автономная структура, в своем развитии проходит 8 универсальных стадий. Э. Фромм утверждает, что на личность особенно влияют социальные и культурные факторы.

Диспозициональная психология. Г. Олпорт, Р. Кеттел, Г. Айзенк утверждают, что люди обладают некими устойчивыми внутренними качествами, сохраняющимися со временем в различных ситуациях. Олпорт первый выдвинул теорию черт личности: личность – это динамическая

организация тех внутренних психических процессов, которые определяют характерное для нее поведение и мышление.

Бихевиоризм. Б. Скиннер утверждает, что личность – это результат взаимодействия индивида с его жизненным опытом и окружающей средой. Поведение детерминировано, предсказуемо и контролируется окружением. Отвергается идея о внутренних автономных факторах как причинах действий человека, а также физиолого – генетическое объяснение поведения.

Социально – когнитивное направление. А. Бандура, Дж. Роттер утверждают, что личность – результат взаимодействия поведения и факторов окружающей среды; центральную роль играют когнитивные компоненты. Роттер рассматривал личность через призму локуса контроля.

Когнитивная психология. Дж. Келли – теория личных конструктов (моделей мира), система которых образует личность. Для объяснения мотивации не нужны никакие специальные концепции, главное – то, как человек объясняет любое событие.

Гуманистическая психология. А. Маслоу утверждает, что личность определяется через иерархию потребностей.

Феноменологический подход. К.Роджерс утверждает, что поведение можно понять с точки зрения субъективных переживаний. Единственная реальность – это личный мир переживаний человека, это и есть личность. Центральное место занимает Я – концепция.

3.3 Формирование личности в процессе социализации.

Преобразование биологического индивида в социального субъекта происходит в процессе социализации человека, его интеграции в общество, в различные типы социальных групп и структур посредством усвоения ценностей, установок, социальных норм, образцов поведения, на основе которых формируются социально значимые качества личности.

Социализация – непрерывный и многогранный процесс, который продолжается на протяжении всей жизни человека. Однако наиболее интенсивно он протекает в детстве и юности, когда закладываются все

базовые ценностные ориентации, усваиваются основные социальные нормы и отклонения, формируется мотивация социального поведения.

Процесс социализации ребенка, его формирования и развития, становления как личности происходит во взаимодействии с окружающей средой, которая оказывает на этот процесс решающее влияние посредством самых разных социальных факторов.

Наиболее важное значение для социализации ребенка имеет социум. Эту ближайшую социальную среду ребенок осваивает постепенно. Если при рождении ребенок развивается в основном в семье, дальнейшем он осваивает все новые и новые среды – дошкольные учреждения, компании друзей, дискотеки и т.д. С возрастом освоенная ребенком «территория» социальной среды все больше и больше расширяется.

При этом ребенок как бы постоянно ищет и находит ту среду, которая для него в наибольшей степени комфортна, где ребенка лучше понимают, относятся к нему с уважением и т.д. Для процесса социализации важное значение имеет, какие установки формирует та или иная среда, в которой находится ребенок, какой социальный опыт может накапливаться у него в этой среде – положительный или негативный.

3.4 Структура личности.

Среди многих работ по теории личности, ее структуре в психологии выделяются работы А.Г. Ковалева, В.Н. Мясищева и К.К. Платонова. А.Г. Ковалев ставит вопрос о целостном духовном облике личности, его происхождении и строении как вопрос о синтезе сложных структур:

- а) темперамента (структуры природных свойств);
- б) направленности (система потребностей, интересов, идеалов);
- в) способностей (система интеллектуальных, волевых и эмоциональных свойств).

Все эти структуры возникают из взаимосвязи психических свойств личности, характеризующих устойчивый, постоянный уровень активности, обеспечивающий наилучшее приспособление индивида к воздействующим

раздражителям вследствие наибольшей адекватности их отражения. В процессе деятельности свойства определенным образом связываются друг с другом в соответствии с требованиями деятельности.

В.Н. Мясищев единство личности характеризует: направленностью (доминирующие отношения: к людям, к себе, к предметам внешнего мира), общим уровнем развития (в процессе развития повышается общий уровень развития личности), структурой личности и динамикой нервно – психической реактивностью (имеется в виду не только динамика высшей нервной деятельности (ВНД), но и объективная динамика условий жизни). С этой точки зрения структура личности – лишь одно из определений ее единства и целостности, т.е. более частная характеристика личности, интеграционные особенности которые связаны с мотивацией, отношениями и тенденциями личности.

Концепция динамической структуры личности (К.К. Платонов). Наиболее общей структурой личности является отнесение всех ее особенностей и черт к одной из четырех групп, образующие четыре основные стороны личности:

а) социально обусловленные особенности (направленность, моральные качества);

б) личный опыт (объем и качество знаний, умений, навыков (ЗУН) и привычек);

в) индивидуальные особенности различных психических процессов (внимание, память);

г) биологически обусловленные особенности (темперамент, задатки, инстинкты и т.п.).

Стороны а и б социально обусловлены, в и г генетически обусловлены. Все четыре стороны тесно взаимодействуют друг с другом. Однако доминирующее влияние всегда остается за социальной стороной личности – ее мировоззрением, направленностью, потребностями, интересами, идеалами и эстетическими качествами.

По Ганзену в структуру личности входит темперамент, направленность, характер и способности. Б.Г. Ананьев считает, что в структуру личности входят такие свойства:

а) определенный комплекс коррелируемых свойств индивида (возрастно – половых, нейродинамических, конституционно – биохимических);

б) динамика психофизиологических функций и структура органических потребностей, также относимых к индивидуальным свойствам. Высшая интеграция индивидуальных свойств представлена в темпераменте и задатках;

в) статус и социальные функции – роли;

г) мотивация поведения и ценностные ориентации;

д) структура и динамика отношений.

3.5 Самооценка, уровень притязаний и самосознание.

Самосознание принадлежит целостному субъекту и служит ему для организации его собственной деятельности, его взаимоотношений с окружающими и его общения с ними. Самосознание в психической деятельности человека выступает как сложный процесс опосредованного познания себя, развернутый во времени, связанный с движением от единичных, ситуативных образов через интеграцию подобных ситуативных образов в целостное образование – понятие собственного Я. Образование отношений формирующегося человека к самому себе является наиболее поздним по сравнению с другими свойствами. Во всех видах деятельности и поведения эти отношения следуют за отношением к ситуации, предмету и средствам деятельности, к другим людям. Лишь пройдя через многие объекты отношений, сознание становится само – объектом самосознания. Требуется накопление опыта множества подобных осознаний себя субъектом поведения для того, чтобы отношения к себе превратились в свойство называемое рефлексивностью. Однако, именно эти свойства завершают структуру личности и обеспечивают ее целостность. Они наиболее тесно связаны с целями жизни и деятельности, с ценностными ориентациями,

установками; выполняя функцию самопознания, самоконтроля, саморегуляции и самоорганизации личности.

Самопознание – сложный многоуровневый процесс, индивидуализировано развернутый во времени. Очень условно можно выделить две стадии:

а) познание своих особенностей через познание особенностей другого, сличение и дифференциацию;

б) на этой стадии подключается самоанализ.

Человек познает окружающий мир, а вместе с тем и себя через активное взаимодействие с миром. Выделяют стадии формирования самопознания, связывая каждую из этих стадий с новой возможностью для субъекта отделения себя от других предметов, людей; с возможностью стать более самостоятельным и воздействовать на окружающий мир (у ребенка это связано с первыми манипуляциями с предметами, после – с ходьбой, затем – с появлением речи). На начальных этапах также особенно важны механизмы интериоризации знаний о себе других. Так ребенок усваивает и использует в самопознании:

а) ценности, параметры оценок и самооценок, нормы;

б) образ самого себя;

в) отношение к себе и оценку себя родителями;

г) чужую самооценку (например, родительскую);

д) способы регуляции поведения;

е) уровень притязаний и ожиданий.

Самопознание – процесс динамический и никогда не завершающийся, так как, во – первых, происходит постоянное развитие самих познавательных способностей; во – вторых, изменяется и сам объект познания – личность; и в – третьих, всякое знание о себе самом уже фактом своего получения меняет субъекта: узнав что – то о себе, человек становится другим. Самопознание идет параллельно с постоянной проверкой на адекватность и коррекцией. С самопознанием тесно связана способность к рефлексии. То есть способность

осознавать не только «что я мыслю, ощущаю, вспоминаю», но и «что это именно Я мыслю, ощущаю и вспоминаю», Я условно разделяется на Я – действующее и Я – рефлексирующее. Итоговый продукт самопознания Я – образ или Я – концепция.

Самосознание – культурный феномен, позволяющий сохранять постоянство собственного поведения и испытывать чувство ответственности за социальные ценности, усвоенные индивидом. В рамках концепции «объективного самосознания» оно рассматривается как сличение совершаемого поведения или поведения, требуемого ситуацией, с представлением о самом себе.

Самооценка – результат интегративной работы в сфере самопознания с одной стороны, и в сфере эмоционально – ценностных самоотношений, с другой. Самооценка – непостоянный конструкт, она постоянно видоизменяется, совершенствуясь. Самооценка обусловлена сочитанием знания о себе и мировоззрения, норм и ценностей, присущих человеку. Именно самооценка выполняет функцию регуляции поведения и деятельности, так как она может соотносить потребности и притязания человека и его возможности. Самооценка = притязания / возможности.

Самооценка является «стержнем» саморегуляции на всех этапах ее осуществления, включается в структуру мотивации, определяет направленность саморегулирования, выбор средств и влияет на интерпретацию достигнутого эффекта поведения. Достаточно высокий уровень развития саморегулирования поведения, который объективно выражается в тонкости, дифференцированности и адекватности всех осознанных поведенческих реакций, реакций, вербальных проявлений, соответствует зрелому состоянию развития самосознания в целом: адекватной самооценке, а также ориентации на самооценку, а не на оценку другими.

Самооценка на начальных этапах – результат интериоризации оценки себя другими – впоследствии эмансипируется от оценок окружающих и все более приобретает значение внутреннего регулятора поведения.

Уровень притязаний личности – это стремление к достижению цели той степени сложности, на которую человек считает себя способным. Люди, обладающие реалистическим уровнем притязаний, отличаются уверенностью, настойчивостью в достижении своих целей, большей продуктивностью по сравнению с людьми, уровень притязаний которых неадекватен их способностям и возможностям. Расхождение между притязаниями и реальными возможностями человека ведет к тому, что он начинает неправильно себя оценивать, его поведение становится неадекватным, возникают эмоциональные срывы, повышенная тревожность и т.п. из этого следует, что уровень притязаний тесно связан с самооценкой личности и мотивацией достижения успехов в различных видах деятельности.

3.6 Программа самовоспитания личности.

Самовоспитание, самосовершенствование – это процесс осознанного, управляемого самой личностью развития. В котором в субъективных целях и интересах самой личности целенаправленно формируются и развиваются ее качества и способности. Потребности самосовершенствования общепризнано, что основой определяющей интенсивность и направление развития личности, являются ее потребности. В их составе особо выделяются высшие человеческие потребности – социальные и духовные, которые представляют собой источники самодвижения человека, потребности улучшения воспитания и совершенствования личностью самой себя.

Познавательные потребности имеют своими истоками животный ориентировочный инстинкт. По И.П. Павлову, всякая деятельность начинается с ориентировки. У человека природные ориентировочно – познавательные потенции вырастают в сложный социокультурный комплекс ценностей, способов действий, потребности обучения, духовных исканий,

самообразования. В возрастном развитии личности (онтогенезе) они проходят стадии любопытства, любознательности, направленного интереса, склонности, осознанного познания и самопознания, творческого поиска.

Потребности в самоутверждении происходят от первичных потребностей обеспечения конкурентного существования среди других представителей животного мира. В человеческом обществе, особенно в детском, потребности в самоутверждении выражаются в стремлении иметь в чем – то преимущество перед окружающими (быть сильнее, результативнее, умнее, удачливее и т.п.). У духовно развитой личности оценка своей значимости, самоутверждение происходят на уровне самооценки и самоопределения: стремление быть лучше, уважать самого себя, быть довольным самим собой, быть уверенным в себе, в своих силах и способностях. Наконец, на высшем уровне потребности в самоутверждении переходят в стремление к самовоспитанию, самосовершенствованию.

Потребности в самовыражении являются трансформацией, прежде всего половой потребности. В духовной сфере они порождают эстетические потребности: стремление к красоте, гармонии, симметрии, порядку. Каждый человек стремиться реализовать их в своей деятельности, в своем окружении. Критерием красоты и гармонии является оценка окружающих, поэтому главной стороной потребностей в самовыражении выступает стремление нравиться другим, получать их высокую оценку.

Потребности в безопасности выражаются у человека в стремлении быть защищенным, не чувствовать страха, избегать тревоги, неудач, обид, потрясений. Эти потребности удовлетворяются через ощущение эмоциональной близости, любви, симпатии, эмпатии, веры со стороны окружающих значимых людей и групп (родителей, друзей, педагогов и др.).

Большое место в составе потребностей в безопасности занимает потребность в обществе себе подобных, в принадлежности к группе, в общении. Стремление к самозащите выражается также в саморегуляции своего состояния и поведения.

Потребности в самоопределении развиваются на базе уже проявляющихся потребностей в познании, в самоутверждении, самовыражении, защищенности. Это уже чисто социальная, духовная потребность, основанная на осознании личностью самой себя, своих возможностей, способностей; она включает: выбор мест, ролей, позиций во всех сферах жизнедеятельности; прогнозирование своего будущего; изменение, формирование самого себя в направлении достижения своих притязаний.

Потребности в самореализации. Осознание своих способностей, к какой – либо деятельности вызывает потребность реализовать свой личностный потенциал (запас жизненной энергии), почувствовать себя творцом, хозяином своей жизни, ее обстоятельств. В процессе такой реализации себя происходит выявление новых способностей, испытание себя на пределе возможностей. Частным проявлением указанных потребностей выступает потребность активной деятельности, самоактуализации как полного переживания жизни, постоянного выбора и все большей реализации своих возможностей. Американский психолог А. Маслоу трактует потребность в самоактуализации как желание человека самоосуществиться, стать тем, кем он, может быть, заниматься тем, для чего он предназначен. В случае неудовлетворения этой потребности его сопровождают неудовлетворенность и беспокойство.

Механизм самоактуализации потребностей – познание; испытание и реализация в жизнедеятельности своих личностных возможностей играет роль главного мотивационного фактора непрерывного самосовершенствования, творческой, созидательной деятельности человека. Для осуществления самоактуализации необходимо предоставление личности соответствующих условий: свободы волепроявления, пространства для творческой деятельности, социального комфорта.

Таким образом, все высшие духовные потребности человека: в познании, в самоутверждении, в самовыражении, в безопасности, в

самоопределении, в самоактуализации – являются стремлениями к саморазвитию, направленными на созидание, улучшение личности самой себя (самосовершенствование).

Упражнения на осознание своего тела.

1. Примите такое положение тела, чтобы ваша голова была свободна и ни на что не опиралась. С закрытыми глазами попробуйте почувствовать свое лицо изнутри, почувствуйте моменты напряжения, которые возникают. Найдите их, но не расслабляйтесь. Замечайте – что там? С чем это связано? Какое это чувство, эмоция? Какие ассоциации возникают? Мышцы лица тесно связаны с эмоциями и чувствами. Ваше лицо говорит вам, как вы относитесь к ситуации, какие моменты прошлого значимы. Важно найти только несколько секунд, чтобы заметить эту информацию.

2. Оставайтесь в той позе, в которой вы находитесь прямо сейчас. Наблюдайте, где что есть в вашем теле, что с чем связано, что к чему прикасается, где есть напряжение. Найдите 3 – 4 глагола, которые прямо сейчас подсказывает вам ваше тело. Просто дайте этим глаголам проскользнуть в вашу голову, наблюдая за действиями и намерениями тела. Часто то, что делает тело, или что делается с телом, уравнивает или комментирует то, что говорится словами.

3. Выполняйте упражнение на осознание всего, что в данный момент с вами происходит, наблюдайте за этим, озвучивайте, каждый раз, начиная фразу со слов «сейчас я осознаю, что...».

4. Попробуйте сначала обращать внимание только на внешние события, но без подавления других переживаний. Затем сосредоточьтесь на внутренних процессах – образах, физических ощущениях, мышечных напряжениях, эмоциях, мыслях. Сосредоточьтесь на каждом из них так полно, как только сможете. Следите при этом за всеми возникающими объектами (фигурами).

Важно теперь дифференцировать свой опыт по принципу «тело», «эмоции» и «мышление».

5. Сосредоточьтесь теперь на своих телесных ощущениях в целом. Пройдите вниманием все тело. Какие части себя вы чувствуете? Отметьте боли и зажимы, которые вы обычно не замечаете. Какие мышечные напряжения вы чувствуете? Определите их точные местоположения. Не пытайтесь вмешиваться в происходящие процессы, ослабляя напряжение или боль. Заметьте, что знать, где та или иная часть вашего тела и представлять ее там – не то же самое, что чувствовать ее. Говорить о «незамечаемой боли» кажется противоречивым. На самом деле, речь идет о незамечаемом состоянии, которое, попадая в фокус осознания, ощущается как боль.

Работает следующая взаимозависимость:

1. Когда вы работаете над своим осознанием, ваше тело становится более свободным, раскрепощенным, энергичным, подвижным и гибким.

2. когда вы работаете над своим телом, над его координацией, пластикой и гибкостью, вы становитесь более открытыми для принятия новых точек зрения, изменения взглядов, расширения способности видеть сходства и различия, совершать выбор и видеть новые возможности.

Тема 4. Ощущение и восприятие

4.1 Психологическая природа ощущений и восприятий.

Для того чтобы потребность поднялась над уровнем неосознанного влечения и хоть в какой-то мере ориентировала действие на предмет, необходимо, чтобы этот предмет дифференцировался в своих чувственных качествах, отражаясь в различных видах ощущений; сплошь и рядом, в частности, не очень интенсивная потребность впервые активируется рецепцией служащего для ее удовлетворения предмета. Таким образом, действие, направленное на предмет, служащий для удовлетворения вызвавшей его потребности, необходимо предполагает чувствительность, ощущение, и психологический анализ действия с внутренней необходимостью должен поэтому обратиться к изучению ощущений. Однако только самые слепые инстинктивные действия пускаются в ход отдельным

сенсорным раздражителем, например запахом, независимо от более разностороннего восприятия предмета. Уже более совершенные инстинктивные действия ориентируются по предмету в его наиболее простых и жизненно важных (как-то – пространственных) отношениях; действия же не инстинктивные и вовсе невозможны без восприятия предмета. Поэтому психологический анализ строения действия, дифференцирующий предметное действие от элементарной сенсомоторной реакции, с внутренней необходимостью включает переход от рецепции к перцепции, от одного лишь ощущения как дифференцировки раздражителя к предметному восприятию. Это две внутренние взаимосвязанные стороны единого целого. Предметное действие необходимо включает предметное восприятие, и наличие предметного восприятия объективно раскрывается через предметное действие.

Наличие чувствительности как функции не превращает, однако, восприятие в функцию. Восприятие – уже сложный процесс, в котором участвуют различные стороны психической деятельности. В нем участвует чувствительность, но предпосылкой его является известный уровень развития тонической функции; помимо того, в процессе восприятия участвует осмысливание, воспроизведение прошлого опыта и т.д. Восприятие не является функцией в том же смысле, в каком функцией является чувствительность. Правильнее будет трактовать его как сложный, но все же специфический процесс.

Психические процессы, как и функции, могут найти себе выражение в специфическом содержании: функция чувствительности – в ощущениях, процессы памяти – в воспроизведенных образах представления. Элементарное содержание, связанное с функциями, образует как бы состав психической жизни; более сложные образования, возникающие в психических процессах, – образы восприятия, представления и т.п. – составляют ее качественно новое содержание. Все психические процессы, как и функции, рассматриваются нами в единстве с их специфическим

содержанием. Этим преодолевается один из существеннейших пороков той функциональной психологии, которая, противопоставляя функции содержанию, превратила их в "чистые" акты.

4.2 Виды ощущений и восприятий.

Зрительное ощущение. Глаз — это орган чувств с очень сложным анатомическим строением. Световые волны, отражаясь от предметов, преломляются, проходят через хрусталик глаза, обеспечивающий фокусировку света, и появляются на сетчатке в виде изображения.

Можно выделить две группы зрительных ощущений:

- ахроматические, отражающие переход от белого к черному цвету, со всеми оттенками серого цвета и
- хроматические, отражающие цветовую гамму с большим количеством оттенков и тонов цвета.

В цветовых ощущениях выражен и эмоциональный фон, например, часто говорят о теплых и холодных цветовых тонах. С помощью зрительного анализатора можно различить яркость цвета и выделить предмет из общего фона. Благодаря закону контраста становится возможным различать все плоскостные черно–белые изображения. Если предмет расположен далеко и при этом слабо освещен, то для его безошибочного определения контрастность должна быть достаточно высокой.

Слуховое ощущение. Слуховые ощущения являются также дистантными ощущениями. Различают три вида слуховых ощущений: речевые, музыкальные и шумы. В этих видах ощущений звуковой анализатор выделяет четыре качества звука:

- силу (громкий — слабый),
- высоту (высокий — низкий),
- тембр,
- длительность звучания и темпоритмический узор воспринимаемых звуков.

Фонематическим называется слух, используя который можно различать звуки речи. Он формируется в течение жизни и зависит от речевой среды обитания. Хорошее знание иностранного языка предполагает выработку новой системы фонематического слуха.

Способность к обучению иностранным языкам определяется фонематическим слухом, который также влияет и на грамотность письменной речи. Музыкальный слух человека воспитывается и формируется, как и речевой. Способность наслаждаться музыкой является многовековым результатом развития музыкальной культуры человечества. Шумы и шорохи — менее значимы для человека, если только они не мешают ему. У человека сильнее всего развиты зрение и слух, соответственно они и наиболее изучены, хотя есть и другие чувства, которые также важны для человека в его повседневной жизни.

Вибрационные ощущения. Со слуховыми ощущениями можно связать вибрационную чувствительность, т.к. у них общая природа отражаемых физических явлений. Вибрационные ощущения отражают колебания упругой среды. Этот вид чувствительности можно назвать "контактным слухом". Специальных вибрационных рецепторов у человека не обнаружено.

Считается, что вибрационное чувство является одним из самых древних видов чувствительности, и отражать вибрации внешней и внутренней среды могут все ткани организма. В жизни человека вибрационная чувствительность подчиняется слуховой и зрительной. В жизни глухих и слепоглухих вибрационная чувствительность компенсирует потерю слуха. Организм здорового человека непродолжительные вибрации тонизируют, длительные и интенсивные — утомляют и вызывают болезненные явления.

Обонятельное ощущение. Рецептор обонятельных ощущений — это окончание обонятельного нерва в носовой полости, он относится к дистантным. Микроскопические частицы веществ, попадающие в носовую полость с воздухом, являясь раздражителями, вызывают обонятельные

ощущения. У животных обоняние — основной дистантный рецептор, ориентируясь по запаху, животное находит пищу или избегает опасности. Сексуальное поведение животных зависит от выработки особых веществ — феромонов. Существует теория, что и у людей феромоны играют не последнюю роль в вопросах пола. Человеку в современном мире нет необходимости следовать обонятельным ощущениям, ориентируясь в окружающей среде. Функция обоняния у человека подавляется зрением и слухом. Отсутствие в языке специальных слов для обозначения обонятельных ощущений свидетельствует об их недостаточном развитии и нестойкости. Обычно говорят: "запах моря", "запах роз", "запах конюшни". Обонятельная чувствительность тесно связана с вкусовой, помогает распознавать качества пищи.

Обоняние предупреждает об опасной для организма воздушной среде, позволяет различать в ряде случаев химический состав веществ.

Вкусовое ощущение. Вкусовые ощущения — контактные, возникающие при соприкосновении органа чувств (языка) с самим предметом. Чувство вкуса обнаруживает молекулы, растворенные в слюне. Существуют четыре основных качества вкусовых раздражителей: кислое, сладкое, горькое, соленое. Из комбинаций этих четырех ощущений, к которым присоединяются движения языка, и возникает комплекс вкусовых ощущений.

Кожное ощущение. В кожных покровах имеется несколько самостоятельных анализаторных систем:

- тактильная (ощущения прикосновения),
- температурная,
- болевая.

Все виды кожной чувствительности относятся к контактной чувствительности. Наибольшее скопление тактильных клеток — на ладони, на кончиках пальцев и на губах. Кожные рецепторы передают информацию в спинной мозг, контактируя с двигательными нейронами, что делает

возможным рефлексорные действия такие, как, например, как отдергивание руки от огня. Осязание — это тактильные ощущения руки вместе с мышечно–суставной чувствительностью. Температурная чувствительность регулирует теплообмен между организмом и окружающей средой. Сильное давление на поверхность тела вызывает болевое ощущение. Рецепторные окончания болевой чувствительности расположены под кожей, глубже, чем тактильные рецепторы.

Проприоцептивная чувствительность (кинестезия). Кинестезическими ощущениями называют ощущения движения и положения отдельных частей тела. Рецепторы кинестезических ощущений расположены в мышцах и сухожилиях. Раздражение в этих рецепторах возникает под влиянием растяжения и сокращения мышц. Большое количество двигательных рецепторов расположено в пальцах рук, языке и губах, так как этими органами необходимо осуществлять точные и тонкие рабочие и речевые движения. Деятельность двигательного анализатора позволяет человеку координировать и контролировать свои движения. Развитие кинестезических ощущений является одной из важнейших задач обучения. Речевые кинестезии формируются в младенческом и дошкольном периодах развития человека.

Вестибулярное чувство. Статическая, или гравитационная, чувствительность отражает положение нашего тела в пространстве. Рецепторы ее расположены в вестибулярном аппарате внутреннего уха: полукружные каналы и вестибулярные мешочки преобразуют сигналы об относительном движении и силе тяжести и передают их в мозжечок и участок коры височной области. Резкие и частые изменения положения тела относительно плоскости земли, такие, как качание на качелях или морская качка приводят к головокружению — "морской болезни".

Виды восприятий (классификация восприятий). Основу классификации восприятий, как впрочем, и ощущений, составляют различия в анализаторах, участвующих в восприятии. В зависимости от того, какой анализатор играет

в восприятии основную роль, можно выделить зрительные, слуховые, осязательные, кинестезические, обонятельные и вкусовые восприятия.

Сложные формы восприятия. Основа другого типа классификации восприятий — пространство, время и движение.

Большую роль в практической деятельности человека играют такие сложные по своей психологической структуре восприятия, как восприятия пространства, времени и движения. В восприятии пространства основу составляют зрительные, вестибулярные, двигательные и кожные ощущения. В комплексе они позволяют судить о пространственном положении тела и расстоянии до других объектов.

Иллюзии. Иногда, например, при повороте головы, либо изменении скорости перемещения тела в пространстве проявляется несоответствие сигналов, поступающих в мозг со стороны вестибулярного, двигательного и кожного анализаторов, с одной стороны, и зрительного — с другой. В результате разлада между этими источниками информации пространственного положения возникает ряд пространственных иллюзий. Иллюзии вызываются физическими, физиологическими и психологическими причинами. Примером физической иллюзии может служить восприятие стоящей палки в сосуде с водой, она кажется изломанной. Примером психологической иллюзии являются искажения, возникающие вследствие контраста: серый предмет на белом фоне кажется более темным, чем на черном фоне.

Обнаружение объектов. Положение объекта оценивается по месту его нахождения в поле зрения, чем он выше в поле зрения, тем объект или выше или дальше. Форма и величина объектов оценивается вначале осязанием (сочетанием кожных и двигательных ощущений), а по мере накопления опыта — зрением.

Восприятие времени. Восприятие времени обобщает ряд ощущений, сигнализирующих о длительности, последовательности и скорости течения

всех явлений внешнего мира, а также о внутренних ритмах жизнедеятельности организма.

Восприятие движения. Восприятие движения — это восприятие пространственно–временного перемещения, и оценка движения зависит от восприятия интервалов времени, потому что всякое движение в пространстве характеризуется скоростью и направлением. Движение можно воспринимать непосредственно (перемещение автомобиля) и по косвенным признакам (перемещение часовой стрелки на циферблате по секундной).

Наблюдение и наблюдательность. Наблюдение — это произвольное, планомерное, преднамеренное восприятие, предпринимаемое с определенной целью. Человек воспринимает не все, что видит, а выделяет необходимое для него. Основное условие успешного наблюдения — ясность задачи, затем подготовленность и активность мышления. Наблюдение — не самоцель, а средство получения информации необходимой человеку. Наблюдение начинается с правильной постановки задачи, составляется план. Главное в наблюдении систематичность, при этом важно уметь ориентироваться в окружающем мире. Наблюдательность — это способность замечать в предметах и явлениях малозаметное, но очень важное (детали, признаки, свойства). Высокое развитие наблюдательности предполагает любознательность, стремление познать новое, глубоко вникнуть в окружающий мир, готовность к восприятиям того, что нужно для определенных целей.

4.3 Адаптация и сенсбилизация органов чувств.

Мы должны сказать о ряде явлений, связанных с ощущениями. Было бы неправильно полагать, что абсолютная и относительная чувствительность остаются неизменными и их пороги выражаются в постоянных числах. Как показывают исследования, чувствительность может меняться в очень больших пределах. Например, в темноте наше зрение обостряется, а при сильном освещении его чувствительность снижается. Это можно наблюдать, когда из темной комнаты переходишь на свет или из ярко освещенного

помещения в темноту. В обоих случаях человек временно «слепнет», требуется некоторое время, чтобы глаза приспособились к яркому освещению или темноте. Это говорит о том, что в зависимости от окружающей обстановки (освещенности) зрительная чувствительность человека резко меняется. Как показали исследования, это изменение очень велико и чувствительность глаза в темноте обостряется в 200000 раз.

Описанные изменения чувствительности, зависящие от условий среды, связаны с явлением сенсорной адаптации. Сенсорной адаптацией называется изменение чувствительности, происходящее вследствие приспособления органа чувств к действующим на него раздражителям. Как правило, адаптация выражается в том, что при действии на органы чувств достаточно сильных раздражителей чувствительность уменьшается, а при действии слабых раздражителей или при отсутствии раздражителя чувствительность увеличивается. Такое изменение чувствительности не происходит сразу, а требует известного времени. Причем временные характеристики этого процесса неодинаковы для разных органов чувств. Так, для того чтобы зрение в темной комнате приобрело нужную чувствительность, должно пройти около 30 мин. Лишь после этого человек приобретает способность хорошо ориентироваться в темноте. Адаптация слуховых органов идет гораздо быстрее. Слух человека адаптируется к окружающему фону уже через 15 с.

Так же быстро происходит изменение чувствительности у осязания (слабое прикосновение к коже перестает восприниматься уже через несколько секунд).

Достаточно хорошо известны явления тепловой адаптации (привыкание к изменению температуры окружающей среды). Однако эти явления выражены отчетливо лишь в среднем диапазоне, и привыкание к сильному холоду или сильной жаре, так же как и к болевым раздражителям, почти не встречается. Известны и явления адаптации к запахам.

Адаптация наших ощущений главным образом зависит от процессов, происходящих в самом рецепторе. Так, например, под влиянием света разлагается (выцветает) зрительный пурпур, находящийся в палочках сетчатки глаза. В темноте же, напротив, зрительный пурпур восстанавливается, что приводит к повышению чувствительности. Однако явление адаптации связано и с процессами, протекающими в центральных отделах анализаторов, в частности с изменением возбудимости нервных центров. При длительном раздражении кора головного мозга отвечает внутренним охранительным торможением, снижающим чувствительность.

Развитие торможения вызывает усиленное возбуждение других очагов, способствуя повышению чувствительности в новых условиях. В целом, адаптация является важным процессом, указывающим на большую пластичность организма в его приспособлении к условиям среды.

Существует еще одно явление, которое мы должны рассмотреть. Все виды ощущений не изолированы друг от друга, поэтому интенсивность ощущений зависит не только от силы раздражителя и уровня адаптации рецептора, но и от раздражителей, воздействующих в данный момент на другие органы чувств. Изменение чувствительности анализатора под влиянием раздражения других органов чувств называется взаимодействием ощущений.

Следует различать два вида взаимодействия ощущений: 1) взаимодействие между ощущениями одного вида и 2) взаимодействие между ощущениями различных видов.

Взаимодействия между ощущениями разных видов можно проиллюстрировать исследованиями академика П. П. Лазарева, который установил, что освещение глаз делает слышимые звуки более громкими. Аналогичные результаты были получены профессором С. В. Кравковым. Он установил, что ни один орган чувств не может работать, не оказывая влияния на функционирование других органов. Так, оказалось, что звуковое

раздражение (например, свист) может обострить работу зрительного ощущения, повысив его чувствительность к световым раздражителям.

Аналогичным образом влияют и некоторые запахи, повышая или понижая световую и слуховую чувствительность. Все наши анализаторные системы способны в большей или меньшей мере влиять друг на друга. При этом взаимодействие ощущений, как и адаптация, проявляется в двух противоположных процессах – повышении и понижении чувствительности. Общая закономерность состоит в том, что слабые раздражители повышают, а сильные — понижают чувствительность анализаторов при их взаимодействии.

Аналогичную картину можно наблюдать при взаимодействии ощущений одного вида. Например, какую-либо точку в темноте легче увидеть на светлом фоне. В качестве примера взаимодействия зрительных ощущений можно привести явление контраста, выражающееся в том, что цвет изменяется в противоположную сторону по отношению к окружающим его цветам. Например, серый цвет на белом фоне будет выглядеть темнее, а в окружении черного цвета — светлее.

Как следует из приведенных примеров, существуют способы повысить чувствительность органов чувств. Повышение чувствительности в результате взаимодействия анализаторов или упражнения называется сенсбилизацией. А. Р. Лурия выделяет две стороны повышения чувствительности по типу сенсбилизации. Первая носит длительный, постоянный характер и зависит преимущественно от устойчивых изменений, происходящих в организме, поэтому возраст субъекта отчетливо связан с изменением чувствительности.

Исследования показали, что острота чувствительности органов чувств нарастает с возрастом, достигая максимума к 20–30 годам, с тем чтобы в дальнейшем постепенно снижаться. Вторая сторона повышения чувствительности по типу сенсбилизации носит временный характер и зависит как от физиологических, так и от психологических экстренных воздействий на состояние субъекта.

4.4 Иллюзии восприятия.

Группы иллюзий обычно разделяются на:

- Аффективные (аффект — кратковременное, сильное эмоциональное возбуждение) иллюзии чаще всего обусловлены страхом или тревожным подавленным настроением. В этом состоянии даже висящая на вешалке одежда может показаться грабителем, а случайный прохожий — насильником и убийцей.
- Вербальные иллюзии заключаются в ложном восприятии содержания реально происходящих разговоров окружающих; человеку кажется, что эти разговоры содержат намеки на какие-то неблагоприятные поступки, издевательства, скрытые угрозы по его адресу.
- Парейдолические иллюзии, обычно вызываемые снижением тонуса психической деятельности, общей пассивностью. Обычные узоры на обоях, трещины на стенах или на потолке, различные светотени, воспринимаются как яркие картины, сказочные герои, фантастические чудовища, необыкновенные растения, красочные панорамы.
- Типичные зрительные иллюзии, которые возникают практически у всех людей в случае определенной структуры расположения зрительных стимулов (например, вертикальные линии кажутся длиннее, чем горизонтальные линии, хотя фактически длина их одинакова).

Некоторые иллюзии восприятия имеют сложный характер: например, в ситуации невесомости, при необычной стимуляции вестибулярного аппарата, нарушается оценка положения зрительных и акустических объектов. Существуют также иллюзии осязания, времени, цвета, температурные и т. п. Единой теории, объясняющей все иллюзии восприятия, в настоящее время нет. Принято считать, что иллюзорные эффекты, как показал немецкий ученый Г. Гельмгольц, являются результатом работы в необычных условиях тех же механизмов восприятия, которые в нормальных условиях обеспечивают его константность. Многочисленные исследования посвящены обнаружению детерминант оптической и физиологической природы

иллюзий. Их появление объясняется особенностями строения глаза, спецификой процессов кодирования и декодирования информации, эффектами иррадиации, контраста и т. д. В исследованиях фиксируются социальные детерминанты трансформации образов — особенности мотивационной и потребностной сфер, влияние эмоциогенных факторов, прошлого опыта, уровня интеллектуального развития.

4.5 Значение ощущений и восприятий в жизни человека.

Ощущение, как таковое – достаточно непростое психическое явление, каким кажется на первый взгляд. Несмотря на то, что это достаточно изученное явление, глобальность его роли в психологии деятельности и познавательных процессах человеком недооценена. Ощущения широко распространены в обычной жизни человека, и в непрерывном процессе познавательной деятельности для людей является обыденной первичной формой психологической связи организма со средой.

Частичное или полное отсутствие видов ощущения (зрение, слух, вкус, запах, осязание) у человека препятствует или тормозит его развитие. Ощущения оказывают огромное значение на формирование таких познавательных процессов как речь, мышление, воображение, память, внимание и восприятие, а так же на освоение деятельности, как специфического вида активности человека направленной на создание предметов материальной и духовной культуры, преобразование своих способностей, сохранение и совершенствование природы, и строительство общества.

В самом начале жизни у людей помимо физического развития, прежде всего, формируется речь, которая является основным средством человеческого общения. Без нее человек не имел бы возможности получать и передавать большое количество информации, в частности такую, которая несет большую смысловую нагрузку или фиксирует в себе то, что невозможно воспринять с помощью органов чувств. Письменная речь чаще выступает как способ запоминания информации. Внешняя

речь, играет в основном роль средства общения, а внутренняя средство мышления. Необходимо отметить и тот факт, что речь сужает границы выбираемого вида деятельности. Формирование же речи в свою очередь проблематично или даже невозможно без таких видов ощущения как зрение, слух, осязание.

Человек является органической частью природы и общества, он представляет собой достаточно сложный организм. Зарождение и развитие человеческого организма направленно, прежде всего, на формирование личности. Люди не рождаются личностями, а становятся ими в процессе развития. Структура личности включает в себя способности, темперамент, характер, волевые качества, эмоции, мотивацию, социальные установки. На формирование и развитие личности большое влияние оказывают познавательные процессы, деятельность, а также человеческие взаимоотношения. На приобретенные качества при формировании личности влияет образовательный процесс. Но как можно представить образовательный процесс без ощущений?

Жизненная роль ощущений состоит в том, чтобы своевременно и быстро доводить до центральной нервной системы, как главного органа управления деятельностью сведения о состоянии внешней и внутренней среды, наличии в ней биологически значимых факторов.

Жизнь каждого человека сложна и многогранна. Она раскрывается через целый ряд важных процессов. Их условно можно разделить на социальную и деловую активность индивида, культуру, медицину, спорт, общение, межличностные отношения, научную и исследовательскую деятельность, развлечение и отдых.

Полноценное протекание всех вышеперечисленных процессов проблематично, а порою даже невозможно представить без задействованности всех наших органов чувств. Поэтому необходимо оценить роль ощущений в жизни человека, так как иногда это знание помогает в

организации благополучного существования личности в обществе, достижения успехов в деловой среде.

ВОСПРИЯТИЕ — целостное отражение предметов, ситуаций и событий, возникающее при непосредственном воздействии физических раздражителей на рецепторные поверхности органов чувств. Вместе с процессами ощущений восприятие обеспечивает непосредственно–чувственную ориентировку в окружающем мире. Будучи необходимым этапом познания, оно всегда в большей или меньшей степени связано с мышлением, памятью, вниманием, направляется мотивацией и имеет определенную аффективно–эмоциональную окраску. Следует различать восприятие, адекватное реальности, и иллюзии. Решающее значение для проверки и коррекции перцептивного образа является включенность восприятия в процессы практической деятельности, общения и научного исследования.

Тема 5. Внимание и память

5.1 Внимание, его физиологические основы.

Внимание — это физиологический многоуровневый фильтр, который что–то пропускает, а что–то задерживает. Вообще вопрос о физиологических основах внимания вызывал много споров. На протяжении долгого времени больше всего привлекала исследователей органическая интерпретация процессов внимания. Делались попытки представить физиологическую схему произвольного внимания, связанного с волевым усилием, возникающим в процессе припоминания.

Т. Рибо предложил так называемую моторную теорию внимания, согласно которой основную роль в процессах внимания играют движения. Благодаря их избирательной и целенаправленной активизации концентрируется и усиливается внимание на предмете, а также поддерживается внимание на данном предмете в течение определенного времени.

Аналогично о физиологическом механизме внимания высказывался А. А. Ухтомский, считающий физиологической основой внимания доминантный очаг возбуждения, и представление И.П. Павлова тоже неплохо сочетается с этими представлениями.

Психическая деятельность концентрируется в нужном направлении и одновременно отвлекается от всего остального, что достигается вследствие закона взаимной индукции нервных процессов возбуждения и торможения в коре больших полушарий головного мозга. Очаг возбуждения в коре больших полушарий, появившийся при воздействии внешнего сигнала, вызывает торможение в других участках коры. Так создаются наилучшие условия для восприятия того, на что направлено внимание. И. П. Павлов описывал этот процесс так: "Если бы можно было видеть сквозь черепную коробку и если бы место больших полушарий с оптимальной возбудимостью светилось, то мы увидели бы на думающем сознательном человеке, как по его большим полушариям передвигается постоянно изменяющееся в форме и величине причудливо неправильных очертаний светлое пятно, окруженное на всем остальном пространстве полушарий более или менее значительной тенью".

По мнению физиолога А.А. Ухтомского в нервной системе человека под влиянием внешних или внутренних причин появляется очаг возбуждения, который на определенное время подчиняет себе остальные участки, доминирует, господствует над ними, управляет поведением. В этом проявляется диалектика психической жизни человека, его увлеченности, вдохновения, интуиции, неожиданных открытий.

Благодаря развитию нейронауки мы можем изучать процессы, происходящие в головном мозге во время его работы. На животных, например, на кошках, проводят эксперименты, вживляя им в мозг электроды, в ту часть, которую собираются исследовать, наблюдая затем за их поведением. Человеческий мозг исследуют при помощи снятия

электроэнцефалограммы (ЭЭГ) мозга в разных состояниях организма (сон, бодрствование).

Но если говорить именно о физиологических механизмах активного внимания, то естественно, отбор информации возможен только при общем бодрствовании организма, связанного с активной мозговой деятельностью.

Уровни бодрствования определяются и по внешним признакам, и с помощью электроэнцефалографа (ЭЭГ), определяющего по слабым токам мозга его электроактивность. Можно выделить 5 стадий бодрствования: глубокий сон, дремотное состояние, спокойное бодрствование, активное (настороженное) бодрствование, чрезмерное бодрствование.

Самое эффективное внимание будет происходить на стадии активного и спокойного бодрствования, в то время как на других стадиях основные характеристики внимания изменяются и могут выполнять лишь какие либо отдельные функции.

Так, в состоянии дремоты может произойти реакция лишь на 1–2 раздражителя, а на другие реакции может не быть. Приведу классический пример, мать спокойно спит при любом шуме, но мгновенно проснется при малейшем движении ребенка.

Физиологическими основами внимания занимались В.М Бехтерев, Л.А. Орбели, П.К. Анохин. Ведущая роль корковых механизмов в регуляции внимания установлена благодаря нейрофизиологическим исследованиям.

Установлено, что избирательное внимание основано на общем бодрствовании коры головного мозга, повышении активности ее деятельности. Оптимальный уровень возбудимости коры придает активизации внимания избирательный характер. При наличии очагов оптимального возбуждения человек постоянно к чему–либо проявляет внимание. Если же человек невнимателен в своей деятельности, значит, его внимание в это время отвлечено или направлено на что–то постороннее, не связанное с родом его деятельности.

Особенно подчеркивается важная роль лобных областей мозга в отборе информации. С помощью нейрофизиологических исследований в мозгу обнаружены особые нейроны, получившие названия "нейронов внимания". Это клетки–детекторы новизны, которые наблюдаются на всей поверхности коры головного мозга и даже во внутренних структурах.

Установлено, что в глубоких отделах мозга имеется скопление нервных клеток и волокон, идущих в различных направлениях и тесно переплетающихся между собой. Это вроде сети нервных путей, соединяющих рецепторы органов чувств с участками коры мозга.

Скопление нервных клеток, расположенное в стволовой части мозга, получило название ретикулярной формации. Нервные импульсы, идущие от этой части мозга, возникают в результате воздействия на органы чувств сильных, новых или неожиданных раздражителей, которые и возбуждают кору больших полушарий.

Мозг активизируется неспецифической системой, которая включает ретикулярную формацию, диффузную таламическую систему, гипоталамические структуры, гиппокамп и т.д.

При раздражении восходящей ретикулярной формации появляются быстрые электроколебания в коре головного мозга (происходит десинхронизация), растет подвижность нервных процессов, снижаются пороги чувствительности, что имеет сходство с общим состоянием внимания организма.

Благодаря ретикулярной формации, связанной с явлениями внимания, находящейся на пути нервных импульсов, касающихся практически всех познавательных процессов, человек способен настораживаться, реагировать на незначительные изменения в окружающей среде, то есть это нервное образование является механизмом, лежащим в основе возникновения ориентировочного рефлекса.

Таким образом, ретикулярная формация вместе с органами чувств обуславливает появление ориентировочного рефлекса, являющегося первичной физиологической основой внимания.

5.2 Виды и свойства внимания.

С вниманием связаны направленность и избирательность познавательных процессов. Их настройка непосредственно зависит от того, что в данный момент времени представляется наиболее важным для организма, для реализации интересов личности.

Рассмотрим основные виды внимания. Таковыми являются природное и социально обусловленное внимание, непосредственное и опосредствованное внимание, произвольное и непроизвольное, чувственное и интеллектуальное внимание.

Природное внимание дано человеку с самого его рождения в виде врожденной способности избирательно реагировать на те или иные внешние или внутренние стимулы, несущие в себе элементы информационной новизны. Основным механизмом, обеспечивающим работу такого внимания, называется ориентировочным рефлексом. Он связан с активностью ретикулярной формации и нейронов–детекторов новизны.

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

Непосредственное внимание не управляется ничем, кроме того объекта, на который оно направлено и который соответствует актуальным интересам и потребностям человека.

Опосредованное внимание регулируется с помощью специальных средств, например жестов, слов, указательных знаков, предметов.

Непроизвольное внимание возникает стихийно, для его возникновения не требуется волевых усилий. Основная функция непроизвольного внимания заключается в быстрой и правильной ориентации человека в постоянно меняющихся условиях среды, выделении тех ее объектов, которые могут

иметь в данный момент наибольший жизненный смысл. На возникновение непроизвольного внимания оказывают два фактора: объективный и субъективный. Влияние объективного фактора заключается в том, что внимание привлекают, «притягивают» к себе объективные особенности предметов и явлений – их интенсивность (громкий звук, яркий свет), новизна (автомобиль на солнечных батареях в глухой африканской деревне), динамичность (движущийся объект на фоне неподвижных), контрастность (человек очень высокого роста в окружении малышей).

Факторы, которые определяют непроизвольное внимание:

- Интенсивность раздражителя
- Качество раздражителя
- Повторное появление раздражителя
- Внезапность появления объекта
- Движение объекта
- Новизна объекта
- Соответствие и согласие с наличным содержанием сознания.

Субъективный фактор проявляется в избирательном отношении человека к окружающему. Особую роль здесь играют: доминирующая мотивация (человек, испытывающий жажду, обращает внимание на все что связано с жидкостью, а утолив жажду, не обращает внимания даже на привлекательно выглядящие емкости с напитками), отношение к объекту познания или деятельности (профессионал при случайном взгляде на книжный лоток в первую очередь обращает внимание на книги, связанные с его специальностью).

Источники произвольного внимания целиком определяются субъективными факторами. Произвольное внимание служит для достижения заранее поставленной и принятой к исполнению цели. Круг объектов произвольного внимания безграничен, поскольку не определяется особенностями стимуляции, спецификой организма и интересами человека. В зависимости от характера этих условий и от системы деятельности, в

которую включены акты произвольного внимания, выделяют несколько его разновидностей:

1. Процессы социального намеренного обращения внимания могут протекать легко и без помех. Такое внимание называют собственно произвольным. Необходимость в волевом внимании лежит в русле обслуживаемой деятельности и возникает в ситуации конфликта между выбранным объектом или направлением деятельности.

2. Следующая разновидность произвольного внимания – выжидательное.

3. Третья разновидность произвольного внимания – спонтанное внимание. Спонтанное внимание обладает характером как произвольного, так и непроизвольного внимания.

Основной функцией произвольного внимания является активное регулирование протекания психических процессов. В настоящее время произвольное внимание понимается как деятельность, которая направляется на контроль своего поведения, на поддержание устойчивой избирательной активности.

Произвольное (преднамеренное) внимание отличается от непроизвольного следующими особенностями:

1. Целенаправленностью – оно определяется задачами, которые человек ставит перед собой в той или иной деятельности.

2. Организованным характером деятельности – человек заранее готовится быть внимательным к тому или другому предмету, сознательно направляет свое внимание на этот предмет, проявляет умение организовывать необходимые для данной деятельности психические процессы.

3. Устойчивостью – оно продолжается более или менее длительное время и зависит от задач или плана работы.

Преднамеренное внимание всегда связано с речью, со словами, в которых мы выражаем наше намерение.

Причины, обуславливающие произвольное внимание:

1. Интересы человека, побуждающие его к занятию данным видом деятельности.
2. Осознание долга и обязанности, побуждающие как можно лучше выполнять данный вид деятельности.

Произвольное внимание возникает в том случае, если перед человеком встает задача, решение которой требует определенных волевых усилий. Произвольность внимания развивается вместе с развитием его отдельных свойств.

Так же есть третья стадия развития внимания, этот вид внимания получил название «послепроизвольного». Послепроизвольное внимание возникает на основе произвольного и заключается в сосредоточении на объекте в силу его ценности (значимости, интереса) для личности и считается высшей формой профессионального внимания. Возникает оно в том случае, когда начало деятельности сопровождалось высоким процентом отвлечения и требовало от человека значительных волевых усилий.

Таким образом, внимание встречается в трех стадиях своего развития:

- Как первичное внимание, определяемое разнообразными влияниями, которые в состоянии произвести сильное воздействие на нервную систему;
- Как вторичное внимание, в продолжение которого центр сознания удерживается, несмотря на противодействие со стороны других переживаний;
- Как производное первичного внимания.

Внимание имеет индивидуальную и групповую формы. Индивидуальное внимание претерпевает значительные изменения в связи с возрастом. В организации внимания большую роль имеет умение управлять вниманием. Групповое внимание нельзя рассматривать как сумму индивидуально работающих людей. В групповой форме проявляются многие феномены, возникающие при социальном взаимодействии: психическое

заражение, групповое внушение, соревновательность, конкуренция и др. В театре, на стадионе за счет совместного переживания многими людьми определенных эмоций, взаимного заражения возникает особое состояние внимания, когда большая масса людей выступает как огромное единое целое.

Основными функциями внимания являются:

1. Активизация необходимых и торможение ненужных в данный момент психических и физиологических процессов.
2. Целенаправленный организованный отбор поступающей информации – основная селективная функция внимания.
3. Удержание, сохранение образов определенного предметного содержания до тех пор, пока не будет достигнута цель.
4. Обеспечение длительной сосредоточенности, активности на одном и том же объекте.
5. Регуляция и контроль протекания деятельности.

5.3 Развитие внимания

Внимание, как и все остальные психические процессы, имеет низшие и высшие формы. Первые представлены произвольным вниманием, а вторые – непроизвольным. Непосредственное внимание – это также более низкая форма его развития, чем опосредствованное.

Историю развития внимания, как и многих других психических функций, пытался проследить Л.С. Выготский в русле своей культурно–исторической концепции их формирования. По его мнению, история внимания ребенка есть история развития организованности его поведения, что ключ к генетическому пониманию внимания следует искать не внутри, а вне личности ребенка.

Произвольное внимание возникает, когда окружающие малыша люди направляют его внимание, руководят им, подчиняют его и таким образом дают в руки ребенка те средства, с которыми он в дальнейшей жизни сам овладевает своим вниманием.

Культурное развитие внимания заключается в том, что при помощи взрослого малыш усваивает ряд искусственных стимулов–средств (знаков), посредством которых он дальше направляет свое собственное поведение и внимание.

Возрастное развитие внимания. Процесс возрастного развития внимания по идеям Л.С. Выготского представил А.Н. Леонтьев. С возрастом внимание ребенка улучшается, однако развитие внешне опосредствованного внимания идет гораздо быстрее, чем его развитие в целом, тем более натурального внимания.

В школьном возрасте наступает перелом в развитии, который характеризуется тем, что первоначально внешне опосредствованное внимание постепенно превращается во внутренне опосредствованное, и со временем эта последняя форма внимания занимает, вероятно, основное место среди всех его видов.

Различия в характеристиках произвольного и непроизвольного внимания возрастают, начиная с дошкольного возраста, и достигают максимума в школьном возрасте, а затем вновь обнаруживают тенденцию к уравниванию. Это связано с тем, что в процессе своего развития система действий, обеспечивающих произвольное внимание, из внешней постепенно превращается во внутреннюю.

Малыша с колыбели окружают неизвестные предметы, привлекающие его внимание своей яркостью или необычным видом, он также обращает внимание на своих родных, радуясь их появлению в поле зрения или, начиная плакать, чтобы они взяли его на руки.

Близкие люди, находящиеся рядом, произносят слова, смысл которых малыш постепенно постигает, они руководят им, направляют его непроизвольное внимание. Т.е. его внимание с раннего возраста направляется с помощью специальных слов–стимулов.

Овладевая активной речью, малыш начинает управлять и первичным процессом собственного внимания, причем сначала – в отношении других

людей, ориентируя собственное их внимание обращенным к ним словом в нужную сторону, а затем – и в отношении самого себя.

Когда мы общаемся с малышом, наши слова вначале являются как бы указателями, выделяющими для него какие-то признаки в предмете, мы обращаем его внимание на эти признаки. При обучении слово все более и более направляется в сторону выделения абстрактных отношений и приводит к образованию абстрактных понятий.

Вначале процессы произвольного внимания, направляемого речью взрослого, являются для малыша процессами его внешней дисциплины, чем саморегуляции. Постепенно, употребляя то же самое средство овладения вниманием по отношению к самому себе, ребенок переходит к самоуправлению поведением, т.е. к произвольному вниманию.

Представим последовательность основных этапов развития детского внимания так, как она выглядит по данным наблюдений и экспериментальных исследований:

Первые недели–месяцы жизни. Появление ориентировочного рефлекса как объективного, врожденного признака произвольного внимания ребенка.

Конец первого года жизни. Возникновение ориентировочно–исследовательской деятельности как средства будущего развития произвольного внимания.

Начало второго года жизни. Обнаружение зачатков произвольного внимания под влиянием речевых инструкций взрослого, направление взора на названный взрослым предмет.

Второй–третий год жизни. Достаточно хорошее развитие указанной выше первоначальной формы произвольного внимания.

Четыре с половиной – пять лет. Появление способности направлять внимание под влиянием сложной инструкции взрослого.

Пять–шесть лет. Возникновение элементарной формы произвольного внимания под влиянием самоинструкции (с опорой на внешние вспомогательные средства).

Школьный возраст. Дальнейшее развитие и совершенствование произвольного внимания, включая волевое.

5.4. Память, ее процессы и механизмы формирования.

Память – процессы организации и сохранения прошлого опыта, делающие возможным его повторное использование в деятельности или возвращение в сферу сознания. Память связывает прошлое субъекта с его настоящим и будущим и является важнейшей познавательной функцией, лежащей в основе развития и обучения. Исследования памяти имеют междисциплинарный характер, так как в различных формах она встречается на всех уровнях жизни («общеорганическая функция памяти» — Э. Геринг, Р. Земон) и включает не только процессы сохранения индивидуального опыта, но и механизмы передачи наследственной информации. В последнее время фронт этих исследований расширился в связи с появлением машинных средств накопления и поиска данных.

Начало экспериментальному изучению памяти положили в конце прошлого века работы немецкого психолога Г. Эббингауза, который в опытах на себе наметил количественные законы заучивания, удержания и воспроизведения последовательностей, состоявших из бессмысленных слогов. Этот подход был продолжен затем в бихевиористских исследованиях «вербального научения».

Почти одновременно началось изучение памяти на сложный осмысленный материал. В начале XX в. французский философ А. Бергсон противопоставил «память привычке», которая формируется в результате механического повторения, «память духа», фиксирующую осмысленные единичные события биографии субъекта. Роль организации материала при запоминании подчеркивалась гештальтпсихологией. В психоанализе была

предпринята попытка объяснения явлений забывания «вытеснением» неприятных, травмирующих впечатлений из сферы сознания.

Английский психолог Ф. Бартлетт показал сложный реконструктивный характер процесса припоминания рассказов и зависимость его от существующих в данной среде культурных норм. Значение социокультурных факторов в формировании высших форм памяти человека подчеркивали французский психолог П. Жане и французский социолог М. Хальбвакс. Советскими психологами на основе методологии диалектического материализма было разработано представление о памяти как о «действии в собственном смысле слова», имеющем сознательную цель и опирающемся на использование общественно выработанных знаковых средств.

Наряду с запоминанием произвольным изучались также процессы запоминания произвольного. Так, П. И. Зинченко и А. А. Смирнов исследовали зависимость успешности процессов запоминания от их места в структуре деятельности. В ходе онтогенетического развития происходит смена способов запоминания, возрастает роль процессов выделения в материале осмысленных, семантических связей. Различные виды памяти – моторная, эмоциональная, образная, словесно–логическая – иногда описываются как этапы такого развития (П. Блонский, Дж. Брунер, Ж. Пиаже). Анализ нарушений памяти и восприятия в клинике локальных поражений мозга (Л. Р. Лурия, Х. Л. Тойбер, Р. Сперри) позволил установить факт преимущественной связи процессов в левом полушарии головного мозга (у правшей) со словесно–логическими способами запоминания, а в правом полушарии – с наглядно–образными. В основе явлений памяти лежат изменения активности отдельных нейронов и их популяций, а также более постоянные изменения на биохимическом уровне (в молекулах РНК и ДНК). Эти процессы обычно считаются субстратом двух форм памяти – памяти кратковременной и памяти долговременной, что подтверждается экспериментально–психологическими данными о различиях объема, способов сохранения и извлечения материала при его воспроизведении.

Заметное влияние на постановку проблемы памяти оказала известная аналогия между этапами переработки информации человеком и структурными блоками вычислительных устройств.

Однако функциональная структура памяти обнаруживает значительно большую гибкость. В частности, об отсутствии жесткой связи долговременного запоминания с процессами словесного повторения в кратковременной памяти свидетельствуют данные о возможности успешного узнавания огромных массивов (до 1000 и более слайдов) сложного предметно организованного зрительного материала (лица, городские и сельские ландшафты и т. д.). О возможностях образной памяти говорят описанные в литературе случаи выдающейся памяти, прежде всего так называемого «эйдетизма». При психологическом анализе памяти важно учитывать, что она входит в целостную структуру человеческой личности. По мере развития мотивационно–потребностной сферы человека может изменяться его отношение к своему прошлому, вследствие чего одно и то же знание может по–разному храниться в памяти личности.

5.5 Виды памяти, их характеристика.

В зависимости от деятельности хранения материала выделяют мгновенную, кратковременную, оперативную, долговременную и генетическую память.

Мгновенная (иконическая) память представляет собой непосредственное отражение образа информации, воспринятого органами чувств. Ее длительность от 0.1 до 0.5 с.

Кратковременная память сохраняет в течение короткого промежутка времени (в среднем около 20 с.) обобщенный образ воспринятой информации, ее наиболее существенные элементы. Объем кратковременной памяти составляет 5 – 9 единиц информации и определяется количеством информации, которую человек способен точно воспроизвести после однократного предъявления. Важнейшей особенностью кратковременной памяти является ее избирательность. Из мгновенной памяти в нее попадает

только та информация, которая соответствует актуальным потребностям и интересам человека, привлекает к себе его повышенное внимание. " Мозг среднего человека, – говорил Эдисон, – не воспринимает и тысячной доли того, что видит глаз".

Оперативная память рассчитана на сохранение информации в течение определенного, заранее заданного срока, необходимого для выполнения некоторого действия или операции. Длительность оперативной памяти от нескольких секунд до нескольких дней.

Долговременная память способна хранить информацию в течение практически неограниченного срока, при этом существует (но не всегда) возможность ее многократного воспроизведения. На практике функционирование долговременной памяти обычно связано с мышлением и волевыми усилиями.

Генетическая память обусловлена генотипом и передается из поколения в поколение. Очевидно, что влияние человека на этот вид памяти очень ограничено (если оно, вообще, возможно)).

В зависимости от преобладающего в процессе функционирования памяти анализатора выделяют двигательную, зрительную, слуховую, осязательную, обонятельную, вкусовую, эмоциональную и другие виды памяти.

У человека преобладающим является зрительное восприятие. Так, например, мы часто знаем человека в лицо, хотя не можем вспомнить, как его зовут. За сохранение и воспроизведение зрительных образов отвечает зрительная память. Она напрямую связана с развитым воображением: то, что человек зрительно может себе представить, он, как правило, легче запоминает и воспроизводит.

Слуховая память – это хорошее запоминание и точное воспроизведение разнообразных звуков, например, музыкальных, речевых. Особую разновидность речевой памяти составляет словесно–логическая, которая тесным образом связана со словом, мыслью и логикой.

Двигательная память представляет собой запоминание и сохранение, а при необходимости и воспроизведение с достаточной точностью многообразных сложных движений. Она участвует в формировании двигательных умений и навыков. Ярким примером двигательной памяти является рукописное воспроизведение текста, подразумевающее, как правило, автоматическое написание когда-то изученных символов.

Эмоциональная память – это память на переживания. Она участвует в работе всех видов памяти, но особенно проявляется в человеческих отношениях. На эмоциональной памяти основана прочность запоминания материала: то, что у человека вызывает эмоции, запоминается без особого труда и на более долгий срок.

Возможности осязательной, обонятельной, вкусовой и других видов памяти по сравнению со зрительной, слуховой, двигательной и эмоциональной памятью очень ограничены; и особой роли в жизни человека не играют.

Рассмотренные выше виды памяти лишь характеризуют источники исходной информации и не хранятся в памяти в чистом виде. В процессе запоминания (воспроизведения) информация претерпевает разнообразные изменения: сортировку, отбор, обобщение, кодирование, синтез, а также другие виды обработки информации.

По характеру участия воли в процессе запоминания и воспроизведения материала память делят на произвольную и произвольную.

В первом случае перед человеком ставится специальная мнемическая задача (на запоминание, узнавание, сохранение и воспроизведение), осуществляемая благодаря волевым усилиям. Произвольная память функционирует автоматически, без особых на то усилий со стороны человека. Произвольное запоминание не обязательно является более слабым, чем произвольное, во многих случаях жизни оно превосходит его.

5.6 Индивидуальные различия памяти.

Различия памяти у людей бывают количественные и качественные.

К количественным характеристикам относятся скорость, прочность, длительность, точность и объем запоминания.

Качественные различия касаются как доминирования отдельных видов памяти – зрительной, слуховой, эмоциональной, двигательной и других, так и их функционирования.

"Чистые" виды памяти в смысле безусловного доминирования одного из перечисленных крайне редки. Чаще всего на практике мы сталкиваемся с различными сочетаниями зрительной, слуховой и двигательной памяти. Типичными их смешениями являются зрительно–двигательная, зрительно–слуховая и двигательно–слуховая память. Однако у большинства людей все же доминирует зрительная память.

Наибольшего развития у человека обычно достигают те виды памяти, которые чаще всего используются. Большой отпечаток на этот процесс накладывает профессиональная деятельность. Например, у ученых отмечается очень хорошая смысловая и логическая память, но сравнительно слабая механическая память. У актеров и врачей хорошо развита память на лица.

Процессы памяти тесным образом связаны с особенностями личности, его эмоциональным настроением, интересами и потребностями. Они определяют то, что и как человек запоминает, хранит и припоминает. То, что интересно и эмоционально значимо, запоминается лучше.

Кроме того, память человека теснейшим образом связана с физическим состоянием и личностными ощущениями. Это доказывается случаями болезненного нарушения памяти. Практически во всех таких случаях (они называются амнезиями и представляют собой кратковременные или длительные потери различных видов памяти) происходят характерные расстройства памяти, которые в своих особенностях отражают расстройства личности больного.

5.7 Факторы, определяющие развитие памяти у человека.

Обратимся теперь к вопросу о развитии памяти, т.е. о тех типичных изменениях, которые в ней происходят по мере социализации индивида. С раннего детства процесс развития памяти ребенка идет по нескольким направлениям. Во–первых, механическая память постепенно дополняется и замещается логической. Во–вторых, непосредственное запоминание со временем превращается в опосредствованное, связанное с активным и осознанным использованием для запоминания и воспроизведения различных мнемотехнических приемов и средств. В–третьих, произвольное запоминание, доминирующее в детстве, у взрослого человека превращается в произвольное.

В развитии памяти в целом можно выделить две генетические линии: ее совершенствование у всех без исключения цивилизованных людей по мере общественного прогресса и ее постепенное улучшение у отдельно взятого индивида в процессе его социализации, приобщения к материальным и культурным достижениям человечества.

Существенный вклад в понимание филогенетического развития памяти внес П.П. Блонский. Он высказал и развил мысль о том, что различные виды памяти, представленные у взрослого человека, являются также разными ступенями ее исторического развития, и их, соответственно, можно считать филогенетическими ступенями совершенствования памяти. Это относится к следующей последовательности видов памяти: двигательная, аффективная, образная и логическая. П.П. Блонский высказал и обосновал мысль о том, что в истории развития человечества эти виды памяти последовательно появлялись один за другим.

В онтогенезе все виды памяти формируются у ребенка довольно рано и также в определенной последовательности. Позже других складывается и начинает работать логическая память, или, как ее иногда называют П.П. Блонский, "память–рассказ". Она имеется уже у ребенка 3–4–летнего возраста в сравнительно элементарных формах, но достигает нормального уровня развития лишь в подростковом и юношеском возрасте. Ее

совершенствование и дальнейшее улучшение связано с обучением человека основам наук.

Начало образной памяти связывается со вторым годом жизни, и считается, что этот вид памяти достигает своей высшей точки только к юношескому возрасту. Ранее других, около 6 месяцев от роду, начинает проявлять себя аффективная память, а самая первая по времени – это моторная, или двигательная, память. В генетическом плане она предшествует всем остальным. Так считал П.П. Блонский.

Однако многие данные, в частности факты, свидетельствующие о весьма ранней онтогенетической эмоциональной откликаемости младенца на обращение матери, говорят о том, что, по-видимому, раньше других начинает действовать аффективная, а не двигательная память. Вполне может быть, что они появляются и развиваются практически одновременно. Во всяком случае, окончательного ответа на данный вопрос пока не получено.

Под несколько иным углом зрения рассматривал историческое развитие памяти человека Л.С. Выготский. Он считал, что совершенствование памяти человека в филогенезе шло главным образом по линии улучшения средств запоминания и изменения связей мнемической функции с другими психическими процессами и состояниями человека. Исторически развиваясь, обогащая свою материальную и духовную культуру, человек вырабатывал все более совершенные средства запоминания, наиболее важным из которых является письмо. (В течение XX в. уже после ухода Л.С. Выготского из жизни, к ним добавилось множество других, весьма эффективных средств запоминания и хранения информации, особенно в связи с научно-техническим прогрессом.) Благодаря различным формам речи — устной, письменной, внешней, внутренней — человек оказался способным подчинить память своей воле, разумно контролировать ход запоминания, управлять процессом сохранения и воспроизведения информации.

Память по мере своего развития все более сближалась с мышлением. "Анализ показывает, — писал Л.С. Выготский, — что мышление ребенка во многом определяется его памятью... Мыслить для ребенка раннего возраста — значит вспоминать... Никогда мышление не обнаруживает такой корреляции с памятью, как в самом раннем возрасте. Мышление здесь развивается в непосредственной зависимости от памяти". Исследование форм недостаточно развитого детского мышления, с другой стороны, обнаруживает, что они представляют собой припоминание по поводу одного частного случая аналогично случаю, имевшему место в прошлом. Решающие события в жизни человека, изменяющие отношения между памятью и другими его психологическими процессами, происходят ближе к юношескому возрасту, причем по своему содержанию эти изменения порой противоположны тем, которые существовали между памятью и психическими процессами в ранние годы. Например, отношение "мыслить — значит припоминать" с возрастом у ребенка заменяется на отношение, согласно которому само запоминание сводится к мышлению: "запомнить или вспомнить — значит понять, осмыслить, сообразить".

Специальные исследования непосредственного и опосредствованного запоминания в детском возрасте провел А.Н. Леонтьев. Он экспериментально показал, как один мнемический процесс — непосредственное запоминание — с возрастом постепенно замещается другим, опосредствованным. Это происходит благодаря усвоению ребенком более совершенных стимулов—средств запоминания и воспроизведения материала. Роль мнемотехнических средств в совершенствовании памяти, по мнению А.Н. Леонтьева, состоит в том, что, "обращаясь к употреблению вспомогательных средств, мы тем самым изменяем принципиальную структуру нашего акта запоминания; прежде прямое, непосредственное наше запоминание становится опосредствованным".

Само развитие стимулов—средств для запоминания подчиняется следующей закономерности: сначала они выступают как внешние (например,

завязывание узелков на память, использование для запоминания различных предметов, зарубок, пальцев рук и т.п.), а затем становятся внутренними (чувство, ассоциация, представление, образ, мысль).

В формировании внутренних средств запоминания центральная роль принадлежит речи. "Можно предположить, — замечает А.Н. Леонтьев, — что самый переход, совершающийся от внешне опосредствованного запоминания к запоминанию, внутренне опосредствованному, стоит в теснейшей связи с превращением речи из чисто внешней функции в функцию внутреннюю».

На основе опытов, проведенных с детьми разного возраста и со студентами в качестве испытуемых, А.Н.Леонтьев вывел кривую развития непосредственного и опосредствованного запоминания.

Эта кривая, получившая название "параллелограмм развития памяти", показывает, что у дошкольников с возрастом улучшается непосредственное запоминание, причем его развитие идет быстрее, чем развитие опосредствованного запоминания. Параллельно с этим увеличивается разрыв в продуктивности данных видов запоминания в пользу первого.

Начиная со школьного возраста, идет процесс одновременного развития непосредственного и опосредствованного запоминания, а затем и более быстрого совершенствования опосредствованной памяти. Обе кривые с возрастом обнаруживают тенденцию к сближению, так как опосредствованное запоминание, развиваясь более быстрыми темпами, вскоре по продуктивности догоняет непосредственное и должно его в конечном счете обогнать. В пользу последнего предположения говорит тот факт, что взрослые люди, систематически занимающиеся умственным трудом и, следовательно, постоянно упражняющие свою опосредствованную память, при желании и при соответствующей умственной работе очень легко могут запомнить материал, обладая вместе с тем удивительно слабой механической памятью.

Если у дошкольников запоминание, как об этом свидетельствуют рассматриваемые кривые, в основном непосредственное, то у взрослого оно

главным образом (а может быть, даже исключительно в силу сделанного выше предположения) опосредствованное.

Существенную роль в развитии памяти играет речь, поэтому процесс совершенствования памяти человека идет рука об руку с развитием его речи.

Тема 6. Мышление и воображение

6.1 Мышление – высший психический, познавательный процесс.

Мышление — процесс познавательной деятельности индивида, характеризующийся обобщенным и опосредствованным отражением действительности. Мышление является предметом комплексных, междисциплинарных исследований. В философии изучается соотношение материи и мышления, возможности и пути познания мира с помощью мышления. Основные формы мышления (понятие, суждение, умозаключение) рассматриваются формальной логикой. Социологический аспект исследований мышления характеризуется анализом процесса его исторического развития в зависимости от социальной структуры различных обществ. Физиология изучает мозговые механизмы, с помощью которых реализуются акты мышления.

Кибернетика рассматривает мышление как информационный процесс, фиксируя общее и различное в работе ЭВМ и в мыслительной деятельности человека.

Психология изучает мышление как познавательную деятельность, дифференцируя ее на виды в зависимости от уровней обобщения и характера используемых средств, их новизны для субъекта, степени его активности, адекватности мышления действительности. Различают следующие виды мышления: словесно–логическое, наглядно–образное, наглядно–действенное. Выделяют также мышление теоретическое и практическое, теоретическое и эмпирическое, логическое (аналитическое» и интуитивное, реалистическое и аутистическое (связанное с уходом от действительности во внутренние переживания), продуктивное и репродуктивное, произвольное и

произвольное. Мышление, как и другие психические явления, изучается в психологии объективными методами. При этом широко применяются все основные методы сбора эмпирического материала: наблюдение, эксперимент, беседа, изучение продуктов деятельности. Мышление часто разворачивается как процесс решения задачи, в которой выделяются условия и требования. Задача должна быть не только понята субъектом, но и принята им, т. е. соотнесена с потребностно–мотивационной сферой личности. Мыслительная деятельность побуждается мотивами, которые являются не только условиями ее разворачивания, но и факторами, влияющими на ее продуктивность. Мышление человека характеризуется единством осознанного и неосознанного. Большую роль в мыслительной деятельности играют эмоции, обеспечивающие управление поиском решения задачи. Продуктом мышления могут быть цели последующих действий. Исследования целеобразования составляют важный раздел психологии мышления и личности.

Изучаются превращение полученного извне требования в реальную цель, выбор одного из имеющихся требований, соотношение произвольного и непроизвольного целеобразования, временная динамика целеобразования, преобразование неосознанных предвосхищений в осознанные цели, выделение промежуточных целей. В контексте проблематики совместной деятельности и общения мышление изучается в структуре межличностных отношений. Мышление выступает как интерпретация реакций и движений другого человека, как трактовка результатов предметных действий человека и деятельности в целом, как понимание речевой продукции (устной и письменной) другого человека.

Межличностное познание включает в себя формирование представлений об образе мыслей другого человека, стиле его мышления, о том, что он думает о субъекте мышления, и о том, что он думает по поводу того, что субъект думает о нем самом, и т. д. Мышление включено и в структуру воздействия на другого человека как в условиях кооперации, так и

в условиях конфликта. В ходе общения результаты мыслительной деятельности одного человека (знания) передаются другому. Знания (обобщения) могут относиться к предметному миру или к самому процессу решения задач (общие методы решения). Сама мыслительная деятельность может выступать как совместная, коллективная. Общение необходимо предполагает обобщение. Мышление является составной частью и особым объектом самосознания личности, в структуру которого входит понимание себя как субъекта мышления, дифференциация «своих» и «чужих» мыслей, осознание еще не решенной проблемы как именно своей, осознание своего отношения к проблеме. Развитие мышления изучается в филогенетическом, историческом, онтогенетическом и функциональном аспектах. Элементарное мышление возникает уже у животных и обеспечивает динамическую, или оперативную, адаптацию организма к требованиям окружающей среды, возникающим при решении животным конкретной задачи. В сложном поведении выделяется особое звено— поиск объекта потребности. Тип поискового поведения определяется степенью специализированности поиска (ограниченности его определенным кругом объектов, на которые направлен этот поиск), способами, используемыми при организации поиска.

Активность живого существа, выражающаяся в поиске объекта потребности, который отсутствует в наличной ситуации,— наиболее общая филогенетическая предпосылка развитого мышления. Наиболее сложные проявления мышления у высших животных связаны с изготовлением «орудий», т. е. предметов, используемых в качестве средств для достижения биологически значимых результатов. В историческом плане развитие мышления изучается в контексте становления труда как специфически человеческой деятельности и возникновения языка. При появлении общественного разделения труда на умственный и физический мышление приобретает форму самостоятельной деятельности со своими мотивами, целями, операциями. Широкое распространение получил метод сравнения мыслительной деятельности людей, живущих в обществах, находящихся на

разных этапах общественно–исторического развития. В настоящее время считается доказанным, что словесно–логическое мышление является наиболее поздним продуктом исторического развития мышления и что переход от наглядного к абстрактному мышлению составляет одну из линий этого развития.

Онтогенетическое развитие мышления ребенка осуществляется в ходе его предметной деятельности и общения, освоения общественного опыта.

Особую роль играют целенаправленные воздействия взрослого в форме обучения и воспитания. Наглядно–действенное, наглядно–образное и словесно–логическое мышление – последовательные стадии онтогенетического развития мышления.

6.2 Теории мышления в психологии.

Рассмотрим наиболее известные теории, объясняющие процесс мышления. Их можно разделить на две большие группы: те, которые исходят из гипотезы о наличии у человека природных, не изменяющихся под влиянием жизненного опыта интеллектуальных способностей, и те, в основу которых положено представление о том, что умственные способности человека в основном формируются и развиваются прижизненно.

Концепции, согласно которым интеллектуальные способности и сам интеллект определяются как совокупность внутренних структур, обеспечивающих восприятие и переработку информации с целью получения нового знания, составляют одну группу теорий мышления. Считается, что соответствующие интеллектуальные структуры существуют у человека с рождения в потенциально готовом виде, постепенно проявляясь (развиваясь) по мере взросления организма.

Эта идея априорно существующих интеллектуальных способностей — задатков — характерна для многих работ в области мышления, выполненных в немецкой школе психологии. Наиболее отчетливо она представлена в гештальттеории мышления, согласно которой способность формировать и

преобразовывать структуры, видеть их в реальной действительности и есть основа интеллекта.

В современной психологии влияние идей обсуждаемых теорий прослеживается в понятии схемы. Давно замечено, что мышление, если оно не связано с какой-либо конкретной, внешне детерминированной задачей, внутренне подчиняется определенной логике. Эту логику, которой следует мысль, не имеющая внешней опоры, называют схемой. Предполагается, что схема рождается на уровне внутренней речи, а затем руководит разверткой мысли, придавая ей внутреннюю стройность и последовательность, логичность. Мысль без схемы обычно называют аутичной мыслью. Схема не есть нечто раз и навсегда заданное. Она имеет свою историю развития, которое происходит за счет усвоения логики, средств управления мыслью. Если некоторая схема используется довольно часто без особых изменений, то она превращается в автоматизированный навык мышления, в умственную операцию.

Другие концепции интеллекта предполагают признание неврожденности умственных способностей, возможность и необходимость их прижизненного развития. Они объясняют мышление, исходя из воздействия внешней среды, из идеи внутреннего развития субъекта или взаимодействия того и другого.

Своеобразные концепции мышления представлены в следующих направлениях психологических исследований: в эмпирической субъективной психологии, ассоциативной по характеру и интроспективной по основному методу; в гештальтпсихологии, которая отличалась от предыдущей только отрицанием элементности психических процессов и признанием доминирования их целостности над составом этих элементов, в том числе и в мышлении; в бихевиоризме, сторонники которого пытались заменить процесс мышления как субъективный феномен на поведение (открытое или скрытое, умственное); в психоанализе, который мышление, как и все другие процессы, подчинил мотивации.

Активные психологические исследования мышления ведутся начиная с XVII в. В это время и в течение следующего довольно длительного периода истории психологии мышление фактически отождествлялось с логикой, а в качестве единственного его вида, подлежащего изучению, рассматривалось понятийное теоретическое мышление, которое иногда не совсем правильно называют логическим (неправильно потому, что логика присутствует в любом другом виде мышления не в меньшей степени, чем в данном).

Сама способность к мышлению считалась врожденной, а мышление, как правило, рассматривалось вне развития. К числу интеллектуальных способностей в то время относили созерцание (некоторый аналог современного абстрактного мышления), логические рассуждения и рефлексия (самопознание). Созерцание, кроме того, понималось как умение оперировать образами (в нашей классификации — теоретическое образное мышление), логические рассуждения — как способность рассуждать и делать умозаключения, а рефлексия — как умение заниматься самоанализом.

Операциями мышления в свою очередь считались обобщение, анализ, синтез, сравнение и классификация.

Мышление в ассоциативной эмпирической психологии во всех его проявлениях сводилось к ассоциациям, связям следов прошлого и впечатлений, полученных от настоящего опыта. Активность мышления, его творческий характер были основной проблемой, которую (как и избирательность восприятия и памяти) не смогла решить данная теория. Поэтому ее сторонникам не оставалось ничего другого, как объявить умственные творческие способности априорными, не зависящими от ассоциаций с врожденными способностями разума.

В бихевиоризме мышление рассматривалось как процесс формирования сложных связей между стимулами и реакциями, становления практических умений и навыков, связанных с решением задач. В гештальтпсихологии оно понималось как интуитивное усмотрение искомого решения за счет обнаружения нужной для него связи или структуры.

Нельзя сказать, что оба последних направления в психологии не дали ничего полезного для понимания мышления. Благодаря бихевиоризму в сферу психологических исследований вошло практическое мышление, а в русле гештальттеории стали обращать особое внимание на моменты интуиции и творчества в мышлении.

Определенные заслуги в решении проблем психологии мышления есть и у психоанализа. Они связаны с привлечением внимания к бессознательным формам мышления, а также к изучению зависимости мышления от мотивов и потребностей человека. В качестве своеобразных форм мышления у человека можно рассматривать защитные механизмы, которые также впервые начали специально изучаться в психоанализе.

В отечественной психологической науке, основанной на учении о деятельности природы. психики человека, мышление получило новую трактовку. Его стали понимать как особый вид познавательной деятельности. Через введение в психологию мышления категории деятельности было преодолено противопоставление теоретического и практического интеллекта, субъекта и объекта познания. Тем самым для конкретного исследования открылась новая, ранее невидимая связь, существующая между деятельностью и мышлением, а также между различными видами самого мышления. Впервые появилась возможность ставить и решать вопросы о генезисе мышления, о его формировании и развитии у детей в результате целенаправленного обучения. Мышление в теории деятельности стали понимать как прижизненно формирующуюся способность к решению разнообразных задач и целесообразному преобразованию действительности, направленному на то, чтобы открывать скрытые от непосредственного наблюдения ее стороны.

А.Н. Леонтьев, подчеркивая произвольный характер высших форм человеческого мышления, их произвольность от культуры и возможность развития под влиянием социального опыта, писал, что мышление человека не существует вне общества, вне языка, вне накопленных человечеством знаний

и выработанных им способов мыслительной деятельности: логических, математических и других действий и операций... Отдельный человек становится субъектом мышления, лишь овладев языком, понятиями, логикой.

Им была предложена концепция мышления, согласно которой между структурами внешней, составляющей поведение, и внутренней, составляющей мышление, деятельности существуют отношения, аналогии. Внутренняя, мыслительная деятельность не только является производной от внешней, практической, но имеет принципиально, тоже самое строение. В ней, как и в практической деятельности, могут быть выделены отдельные действия, операции. При этом внешние и внутренние элементы деятельности являются взаимозаменяемыми. В состав мыслительной, теоретической деятельности могут входить внешние, практические действия, и, наоборот, в структуру практической деятельности могут включаться внутренние, мыслительные операции и действия.

Деятельностная теория мышления способствовала решению многих практических задач, связанных с обучением и умственным развитием детей.

На базе ее были построены такие теории обучения (их же можно рассматривать и как теории развития, такие как теория П.Я. Гальперина, теория Л.В. Занкова, теория В.В. Давыдова.

В последние несколько десятилетий на базе успехов в разработке идей кибернетики, информатики, алгоритмических языков высокого уровня в математическом программировании появилась возможность построения новой, информационно–кибернетической теории мышления. В ее основе лежат понятия алгоритма, операции, цикла и информации. Первое обозначает последовательность действий, выполнение которых ведет к решению задачи; второе касается отдельного действия, его характера; третье относится к многократному исполнению одних и тех же действий до тех пор, пока не будет получен необходимый результат; четвертое включает совокупность сведений, передаваемых с одной операции на другую в процессе решения задачи. Оказалось, что многие специальные операции, которые применяются

в программах машинной обработки информации и в процессе решения задач на ЭВМ, похожи на те, которыми в мышлении пользуется человек. Это открывает возможность изучения операций человеческого мышления на ЭВМ и построения машинных моделей интеллекта.

6.3 Психология творческого мышления.

Прежде чем излагать взгляды психологов на проблему творческого мышления, рассмотрим некоторые факты, которые помогут лучше понять сформулированные дальше положения, касающиеся данного вида мышления. С самого начала отметим, что творческое мышление не обязательно связано только с одним из видов мышления, скажем, словесно–логическим; оно вполне может быть и практическим, и образным.

Р. Арнхейм отмечает, что видеть свойства какого–либо предмета – значит воспринимать его как пример воплощения определенного общего понятия, что всякое восприятие состоит в выделении ранее абстрагированных черт. "Следовательно, абстрактное содержится не только в мышлении, но и в других познавательных процессах. Ярким примером необходимости наглядно–образных представлений для более глубокого понимания абстрактных вещей и понятий может служить следующий пример. Оказывается, что такие различные геометрические понятия, как точка, прямая, треугольник, трапеция, окружность, эллипс, парабола, которые благодаря подкупающей простоте и законченности строения считались абстракциями, не зависящими от реальности, на самом деле связаны с ней и с конкретно–образными представлениями. Все эти абстракции можно "увидеть" на различных сечениях плоскостью обыкновенного конуса. Точка получается, если плоскость проходит через вершину конуса; треугольник образуется при пересечении плоскостью конуса по его оси; отрезок прямой линии можно получить, если плоскость проходит как касательная к боковой поверхности конуса; трапеция образуется в случае, если от треугольника, образуемого сечением, отделяется верхняя часть при помощи плоскости, параллельной основанию; круг можно

получить, сделав поперечное сечение конуса плоскостью, параллельной основанию, эллипс образуется таким же сечением, но проведенным под наклоном; парабола вырисовывается в случае, если секущая плоскость проходит параллельно оси конуса, но не через ее саму. Таким образом, меняя расположение и взаимную ориентацию конуса и секущей плоскости, можно не только получить ряд фигур, выражающих абстрактные понятия, но и незаметно, в наглядно–действенном плане переходить от одного абстрактного понятия к другому.

По этому поводу Р. Арнхейм пишет, что элементы мышления в восприятии и восприятия в мышлении взаимно дополняют друг друга. "Они превращают человеческое познание в единый процесс, который ведет неразрывно от элементарного приобретения сенсорной информации к самым обобщенным теоретическим идеям. Психологами было затрачено много усилий и времени на выяснение того, как человек решает новые, необычные, творческие задачи. Однако до сих пор ясного ответа на вопрос о психологической природе творчества нет. Наука располагает только некоторыми данными, позволяющими частично описать процесс решения человеком такого рода задач, охарактеризовать условия, способствующие и препятствующие нахождению правильного решения. Прежде чем их рассматривать, обратимся к некоторым простейшим примерам задач творческого типа для того, чтобы выяснить их особенности.

Задача 1. Как с помощью специальных лучей уничтожить опухоль, расположенную в глубине организма, не повредив при этом его здоровых тканей? Известно, что для удаления этой опухоли необходима такая концентрация лучей в месте ее расположения, которая опасна для здоровых тканей. В месте локализации опухоли необходимо создать нужную концентрацию лучей, не повредив при этом окружающих тканей организма, причем иного доступа к опухоли, чем через другие ткани организма, нет.

Задача 2. Как из шести спичек сложить четыре равносторонних треугольника?

Задача 3. Как четырьмя прямыми линиями, не отрывая от бумаги ручки или карандаша, перечеркнуть расположенные квадратом девять точек?

Все эти задачи имеют одну и ту же особенность, характеризующую творческое мышление, а именно — необходимость применения нетрадиционного способа мышления, необычного видения проблемы, выхода мысли за пределы привычного способа рассуждений. В задаче 1, например, нужно догадаться, что нет необходимости направлять лучи в сторону опухоли из одного источника. В задаче 2 необходимо отойти от привычных попыток искать ее решение в плоскости и обратиться к пространственным представлениям. В задаче 3 также нужно допустить возможность выхода прямых линий за пределы части плоскости, ограниченной девятью точками. Это значит, что во всех трех случаях, проанализировав условия задачи, необходимо направить мысль необычным путем, т.е. применить по-настоящему творческий способ решения.

Что же такое творческое мышление? Одним из первых попытался сформулировать ответ на данный вопрос Дж. Гилфорд. Он считал, что "творчество" мышления связана с доминированием в нем четырех особенностей:

А. Оригинальность, нетривиальность, необычность высказываемых идей, ярко выраженное стремление к интеллектуальной новизне. Творческий человек почти всегда и везде стремится найти свое собственное, отличное от других решение.

Б. Семантическая гибкость, т.е. способность видеть объект под новым углом зрения, обнаруживать его новое использование, расширять функциональное применение на практике.

В. Образная адаптивная гибкость, т.е. способность изменить восприятие объекта таким образом, чтобы видеть его новые, скрытые от наблюдения стороны.

Г. Семантическая спонтанная гибкость, т.е. 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.

В ходе исследований творческого мышления были выявлены условия, которые способствуют или препятствуют быстрому нахождению решения творческой задачи. Рассмотрим эти условия в обобщенном виде.

1. Если в прошлом определенный способ решения человеком некоторых задач оказался достаточно успешным, то это обстоятельство побуждает его и в дальнейшем придерживаться данного способа решения. При встрече с новой задачей человек стремится применить его в первую очередь.

2. Чем больше усилий было потрачено на то, чтобы найти и применить на практике новый способ решения задачи, тем вероятнее обращение к нему в будущем. Психологические затраты на обнаружение некоторого нового способа решения пропорциональны стремлению использовать его как можно чаще на практике.

3. Возникновение стереотипа мышления, который в силу указанных выше условий мешает человеку отказаться от прежнего и искать новый, более подходящий путь решения задачи. Один из способов преодоления такого сложившегося стереотипа состоит в том, чтобы на некоторое время вообще прекратить попытки решения задачи, а затем вернуться к ней с твердой установкой пробовать для поиска решения только новые пути.

4. Интеллектуальные способности человека, как правило, страдают от частых неудач, и боязнь очередной неудачи начинает автоматически возникать при встрече с новой задачей. Она порождает защитные реакции, которые мешают творческому мышлению, обычно связанному с риском для собственного "Я". В итоге человек теряет веру в себя, у него накапливаются

отрицательные эмоции, которые мешают ему думать. Чувство успеха для усиления интеллектуальных потенций людей столь же необходимо, как и ощущение правильности какого-либо движения для его усвоения.

5. Максимум эффективности в решении интеллектуальных задач достигается при оптимальной мотивации и соответствующем уровне эмоционального возбуждения. Этот уровень для каждого человека сугубо индивидуален.

6. Чем больше знаний имеет человек, тем разнообразнее будут его подходы к решению творческих задач. Однако соответствующие знания должны быть разнонаправленными, так как они обладают способностью ориентировать мышление на различные подходы к решению.

У творческих людей нередко удивительным образом соединяются зрелость мышления, глубокие знания, разнообразные способности, умения и навыки и своеобразные "детские" черты во взглядах на окружающую действительность, в поведении и поступках.

Что же мешает человеку быть творческой личностью и проявлять оригинальность мышления? Только ли отсутствие развитых творческих способностей, те недостатки, о которых говорилось выше, или также что-то другое, не имеющее прямого отношения к творчеству как таковому? На данный вопрос дают свой ответ Г. Линдсей, К. Халл и Р. Томпсон. Они считают, что серьезным препятствием на пути к творческому мышлению могут выступать не только недостаточно развитые способности, но и, в частности:

1. Склонность к конформизму, выражающаяся в доминирующем над творчеством стремлении быть похожим на других людей, не отличаться от них в своих суждениях и поступках.

2. Боязнь оказаться "белой вороной" среди людей, показаться глупым или смешным в своих суждениях.

Обе указанные тенденции могут возникнуть у ребенка в раннем детстве, если первые его попытки самостоятельного мышления, первые

суждения творческого характера не находят поддержки у окружающих взрослых людей, вызывают у них смех или осуждение, сопровождаемые наказанием или навязыванием ребенку со стороны взрослого в качестве единственно "правильных" наиболее распространенных, общепринятых мнений.

3. Боязнь показаться слишком экстравагантным, даже агрессивным в своем неприятии и критике мнений других людей. В условиях нашей культуры довольно распространено следующее мнение: критиковать человека — значит быть по отношению к нему невежественным, проявлять к нему неуважение.

Этому мы, к сожалению, с детства учим своих детей, совершенно не думая о том, что в данном случае приобретение вежливости, тактичности, корректности и прочих полезных качеств происходит за счет утраты другого, не менее ценного свойства: смель, иметь и уметь отстаивать, открыто высказывать и защищать собственное мнение, не заботясь о том, понравится или не понравится оно окружающим. В этом собственно и состоит требование к человеку всегда оставаться честным и откровенным.

4. Боязнь возмездия со стороны другого человека, чью позицию мы критикуем. Подвергая критике человека, мы обычно вызываем с его стороны ответную реакцию. Опасение такой реакции нередко выступает в качестве препятствия на пути к развитию собственного творческого мышления.

5. Завышенная оценка значимости своих собственных идей. Иногда то, что мы сами придумали или создали, нравится нам больше, чем мысли, высказываемые другими людьми, причем настолько, что у нас возникает желание свое никому не показывать, ни с кем им не делиться и оставить при себе.

6. Высокоразвитая тревожность. Человек, обладающий этим качеством, обычно страдает повышенной неуверенностью в себе, проявляет боязнь открыто высказывать свои идеи.

7. Есть два конкурирующих между собой способа мышления: критический и творческий. Критическое мышление направлено на выявление недостатков в суждениях других людей. /Творческое мышление /связано с открытием принципиально нового знания, с генерацией собственных оригинальных идей, а не с оцениванием чужих мыслей. Человек, у которого критическая тенденция слишком выражена, уделяет основное внимание критике, хотя сам бы мог творить, и неплохо. 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 в том, чтобы у ребенка с самого детства развивать 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 сразу же критически осмыслить.

Если оригинальная, новая мысль высказана кем-то другим, то наряду с ее критикой необходимо обязательно предлагать свою. В жизни большинства людей, для того чтобы их творческая отдача была максимальной, необходимо разумное сочетание творческого и критического мышления.

6.4 Воображение и познавательные процессы.

Воображение — способность сознания создавать образы, представления, идеи и манипулировать ими; играет ключевую роль в следующих психических процессах: моделирование, планирование, творчество.

Разновидность творческого воображения — Фантазия. Воображение — одна из форм психического отражения мира. Наиболее традиционной точкой зрения является определение воображения как процесса (А. В. Петровский и М. Г. Ярошевский, В.Г, Казаков и Л. Л. Кондратьева и др). Согласно М. В. Гамезо и И. А. Домашенко:

«Воображение — психический процесс, заключающийся в создании новых образов (представлений) путем переработки материала восприятий и представлений, полученных в предшествующем опыте». Отечественными авторами это явление также рассматривается как способность (В. Т. Кудрявцев, Л. С. Выготский) и как специфическая деятельность (Л. Д. Столяренко, Б. М. Теплов). Принимая во внимание сложное функциональное строение, Л. С. Выготский считал адекватным применение понятия психологической системы.

По мнению Э. В. Ильенкова, традиционное понимание воображения отражает только его производную функцию. Главная — позволяет видеть то, что есть, то, что лежит перед глазами, то есть основной функцией воображения является преобразование оптического явления на поверхности сетчатки в образ внешней вещи.

Классификация процессов воображения.

По результатам:

Репродуктивное воображение.(воссоздание действительности такой какая она есть)

Продуктивное (творческое) воображение с относительной новизной образов и с абсолютной новизной образов.

По степени целенаправленности:

активное (произвольное) — включает воссоздающее и творческое воображение.

пассивное (непроизвольное) — включает непреднамеренное и непредсказуемое воображение.

По виду образов:

Конкретное;

Абстрактное.

По приёмам воображения:

агглютинация — соединение несоединимых в реальности объектов;

гиперболизация — увеличение или уменьшение предмета и его частей;

схематизация — выделение различий и выявление черт сходства;
типизация — выделение существенного, повторяющегося в
однородных явлениях.

По степени волевых усилий:

Преднамеренное;
непреднамеренное.

6.5 Развитие воображения.

Через творчество у ребенка развивается мышление. Этому способствуют настойчивость и выраженные интересы. Отправной точкой для развития воображения должна быть направленная активность, то есть включение фантазий детей в конкретные практические проблемы.

Развитию воображения способствуют ситуации незавершенности;
разрешение и даже поощрение множества вопросов;
стимулирование независимости, самостоятельных разработок;
билингвистический опыт;
позитивное внимание к ребенку со стороны взрослых.

Развитию воображения препятствуют:

Конформность;
неодобрение воображения;
жесткие полоролевые стереотипы;
разделение игры и обучения;
неготовность к изменению точки зрения;
преклонение перед авторитетами.

Тема 7. Эмоциональная сфера личности

7.1 Понятие об эмоциях и чувствах в психологической науке.

Эмоции (от лат. *Emoveo* – потрясаю, волную) – психическое отражение в форме непосредственного пристрастного переживания жизненного смысла явлений и ситуаций, обусловленного отношением их объективных свойств к потребностям субъекта. В процессе эволюции эмоции возникли как средство,

позволяющее живым существам определять биологическую значимость состояний организма и внешних воздействий. Простейшая форма эмоций – так называемый эмоциональный тон ощущений – непосредственные переживания, сопровождающие отдельные жизненно важные воздействия (например, вкусовые, температурные) и побуждающие субъекта к их сохранению или устранению. В экстремальных условиях, когда субъект не справляется с возникшей ситуацией, развиваются аффекты. Эмоции по происхождению представляют собой форму видového опыта: ориентируясь на них, индивид совершает необходимые действия (например, по избеганию опасности, продолжению рода), целесообразность которых остается для него скрытой. Эмоции важны и для приобретения индивидуального опыта. В этом случае эмоции вызываются ситуациями и сигналами, предшествующими прямым вызывающим эмоции воздействиям, что позволяет субъекту заблаговременно к ним подготовиться. Уровень энергетической мобилизации (активации) организма, необходимый для осуществляемых эмоциями функций, обеспечивается вегетативной нервной системой в ее взаимодействии со структурами головного мозга, составляющими центральный нервный субстрат эмоций. При эмоциях происходят изменения в деятельности органов дыхания, пищеварения, сердечно–сосудистой системы, желез внутренней секреции, скелетной и гладкой мускулатуры и др. Эмоции человека являются продуктом общественно–исторического развития.

Они относятся к процессам внутренней регуляции поведения. Являясь субъективной формой выражения потребностей, ЭМОЦИИ предшествуют деятельности по их удовлетворению, побуждая и направляя ее. Высший продукт развития эмоций человека – устойчивые чувства к предметам, отвечающим его высшим потребностям. Сильное, абсолютно доминирующее чувство называется страстью. События, сигнализирующие о возможных изменениях в жизни человека, наряду со специфическими эмоциями могут вызывать также изменения общего эмоционального фона – так называемые настроения. Эмоциональная жизнь человека наполнена многообразным

содержанием: эмоции выражают оценочное отношение к отдельным условиям, которые способствуют или препятствуют осуществлению деятельности (например, страх, гнев), к конкретным достижениям в ней (радость, огорчение), к сложившимся или возможным ситуациям и т. п. Характер и динамика ситуативных эмоций определяются как объективными событиями, так и чувствами, из которых они развиваются (например, из любви может развиться гордость любимым человеком, огорчение из-за его неудач, ревность и т. п.). Отношение к отражаемым явлениям как главное свойство эмоций представлено в их качественных характеристиках (к ним относится знак – положительный, отрицательный – и модальность – удивление, радость, отвращение, негодование, тревога, печаль и т. д.), в динамике протекания самих эмоций – длительность, интенсивность и др. Их внешнего выражения (эмоциональной экспрессии) – в мимике, речи, пантомимике. Эмоции человека различаются степенью осознанности. Конфликт между осознанными и неосознанными эмоциями чаще всего лежит в основе неврозов. Развитие эмоций в онтогенезе находит свое выражение в дифференциации качеств эмоций, усложнении объектов, вызывающих эмоциональный отклик, развитии способности регулировать эмоции и их внешнее выражение. Эмоциональный опыт человека изменяется и обогащается в процессе развития личности в результате сопереживаний, возникающих в общении с другими людьми, при восприятии произведений искусства, под влиянием средств массовой информации. Эмоции выступают в роли регуляторов человеческого общения, влияя на выбор партнеров общения и определяя его способы и средства. Одним из средств общения являются выразительные движения, имеющие сигнальный и социальный характер. При общих чертах, которых они существенно различаются в разных исторических эпохах и в различных культурах.

Чувства – одна из основных форм переживания человеком своего отношения к предметам и явлениям действительности, отличающаяся относительной устойчивостью. В отличие от ситуативных эмоций и

аффектов, отражающих субъективное значение предметов в конкретных сложившихся условиях, чувства выделяют явления, имеющие стабильную мотивационную значимость. Открывая личности предметы, отвечающие ее потребностям, и побуждая к деятельности по их удовлетворению, чувства представляют собой конкретно-субъективную форму существования последних. Формирование чувств является необходимым условием развития человека как личности. Самого по себе знания мотивов, идеалов, норм поведения недостаточно для того, чтобы человек им руководился; только став предметом устойчивых чувств, эти знания становятся реальными побуждениями к деятельности. Чувства человека общественно обусловлены и историчны, как и сама человеческая личность, изменяющаяся в ходе развития общества. В онтогенезе чувства появляются позже, чем ситуативные эмоции; они формируются по мере развития индивидуального сознания под влиянием воспитательных воздействий семьи, школы, искусства и других общественных институтов. Предметами чувств становятся прежде всего те явления и условия, от которых зависит развитие событий, значимых для личности и поэтому воспринимаемых эмоционально. Возникая как результат обобщения эмоционального опыта, сформировавшиеся чувства становятся ведущими образованиями эмоциональной сферы человека и начинают, в свою очередь, определять динамику и содержание ситуативных эмоций: например, из чувства любви к близкому человеку в зависимости от обстоятельств могут развиваться тревога за него, горе при разлуке, радость при встрече, гнев, если любимый человек не оправдал надежд, и т. п. Такие ситуативные эмоции уточняют содержание чувства в отношении сложившихся условий и, побуждая к определенным действиям, способствуют развитию вызываемой чувством деятельности. Иногда чувства и сопряженные с ними эмоции могут вызывать противоречивые отношения к их объекту. В процессе формирования личности чувства организуются в иерархическую систему, в которой одни чувства занимают ведущее положение, другие же остаются потенциальными,

нереализуемыми тенденциями. Содержание доминирующих чувств определяет одну из важнейших характеристик направленности личности. Наиболее распространенная классификация чувств выделяет отдельные их подвиды по сферам деятельности, в которых они проявляются. Особую группу составляют высшие чувства, в которых заключено все богатство эмоциональных отношений человека к социальной действительности. К области нравственных чувств относится все то, что определяет отношение человека к социальным учреждениям, к государству, к определенному классу, партии, к другим людям, к самому себе. Познавательная деятельность порождает у человека познавательные, или интеллектуальные чувства. Их предметом является как сам процесс приобретения знаний, так и его результат; вершиной интеллектуальных чувств является обобщенное чувство любви к истине. Среди высших чувств важное место занимают практические чувства, связанные с деятельностью: трудом, учением, спортом. К высшим чувствам относятся также эстетические чувства, предполагающие осознанную или неосознанную способность при восприятии явлений окружающей действительности руководствоваться понятиями прекрасного. Интеллектуальные, практические, эстетические чувства возникают в единстве с нравственными чувствами и обогащаются в связи с ними.

По степени обобщенности предметного содержания чувства подразделяются на конкретные (например, чувства к ребенку, произведению искусства), обобщенные (чувства к детям вообще, к музыке) и абстрактные (чувства справедливости, трагического). Отсутствие исчерпывающей классификации чувств объясняется большим их разнообразием, а также их исторической изменчивостью.

7.2 Основные функции эмоций и чувств.

У человека главная функция эмоций состоит в том, что благодаря эмоциям мы лучше понимаем друг друга, можем, не пользуясь речью, судить о состояниях друг друга и лучше настроиться на совместную деятельность и общение. Замечательным, например, является тот факт, что люди,

принадлежащие к разным культурам, способны безошибочно воспринимать и оценивать выражения человеческого лица, определять по нему такие эмоциональные состояния, как радость, гнев, печаль, страх, отвращение, удивление. Это, в частности, относится и к тем народам, которые вообще никогда не находились в контактах друг с другом.

Эмоции выступают как внутренний язык, как система сигналов, посредством которой субъект узнает о потребностной значимости происходящего. Особенность эмоций состоит в том, что они непосредственно отражают отношения между мотивами и реализацией отвечающей этим мотивам деятельности. Эмоции в деятельности человека выполняют функцию оценки ее хода и результатов. Они организуют деятельность, стимулируют и направляя ее. Однако уже Ч. Дарвин говорил о биологической целесообразности эмоций. По некоторым данным человек является самым эмоциональным среди представителей животного мира, и развития человечества. Рассмотрим наиболее часто обсуждаемые в психологической литературе функции эмоций.

Функция оценки. Эмоция дает возможность мгновенно оценить смысл изолированного раздражителя или ситуации для человека. Эмоциональная оценка предшествует развернутой сознательной переработке информации и поэтому как бы «направляет» ее в определенное русло. Все знают, как важно первое впечатление, которое мы производим на нового знакомого. Если первое впечатление от человека благоприятное, то в дальнейшем достаточно сложно разрушить возникшую позитивную настройку восприятия («Все, что делает этот приятный человек, – хорошо!»). И, наоборот, «реабилитировать» в своих глазах человека, который почему-то показался нам неприятным, удается с трудом.

Функция мобилизации. Мобилизующая функция эмоций проявляется, в первую очередь, на физиологическом уровне: выброс в кровь адреналина при эмоции страха повышает способность к бегству (правда, чрезмерная доза адреналина может привести и к обратному эффекту – ступору), а понижение

порога ощущения, как составляющая эмоции тревоги, помогает распознать угрожающие стимулы. Кроме того, феномен «сужения сознания», который наблюдается при интенсивных эмоциональных состояниях, заставляет организм сосредоточить все усилия на преодолении негативной ситуации.

Функция следообразования. Эмоция часто возникает уже после того, как то или иное событие завершилось, т.е. тогда, когда действовать уже поздно. По этому поводу А.Н. Леонтьев замечал: «В результате аффекта, характеризующегося ситуацией, из которой, в сущности, уже поздно искать выход, создается своеобразное настораживание по отношению к возбуждающей аффект ситуации, т.е. аффекты как бы метят данную ситуацию... Мы получаем предупреждение».

Согласно формулировке С.Л. Рубинштейна, «эмоции являются субъективной формой существования потребностей». Современный человек весьма изощрен по части мотивировок своего поведения, однако именно эмоции открывают ему (и окружающим) истинные мотивы. Во время осуществления деятельности динамика эмоций сигнализирует об ее успешности или препятствиях. Например, при интеллектуальной деятельности эмоциональная «ага-реакция» предвосхищает еще не осознанное субъектом нахождение решения задачи.

Функция компенсации информационного дефицита. Описанная выше оценочная функция эмоций особенно полезна в том случае, когда нам не хватает информации для рационального принятия решения. Эмоции обладают совершенно экстраординарным значением в функционировании живых организмов и вовсе не заслуживают того, чтобы их противопоставляли «интеллекту». Эмоции, скорее всего, сами представляют высший порядок интеллекта. Другими словами, эмоция является своеобразным «запасным» ресурсом для решения задач. Возникновение эмоций как механизма, компенсирующего дефицит информации, объясняет гипотеза П.В. Симонова.

Возникновение положительных эмоций усиливает потребности, а отрицательных – снижает их интенсивность.

Когда человек оказывается в ситуации информационного дефицита и не в состоянии сделать какой-либо прогноз, он может «опереться» на эмоцию – получить «эмоциональный аванс».

Функция коммуникации. Экспрессивный (выразительный) компонент эмоций делает их «прозрачными» для социального окружения. Выражение некоторых эмоций, например, боли, вызывает пробуждение альтруистической мотивации у других людей. Например, матери легко отличают плач детей, вызванный болью, от плача по другим причинам и быстрее спешат на помощь. Известно, что эмоции обладают «заразительностью». «Заражение» эмоциональным состоянием происходит именно потому, что люди могут понять и примерить на себя переживания другого человека.

Для того чтобы содержание эмоции было верно истолковано окружающими, эмоции должны выражаться в конвенциональной (т.е. понятной всем членам общества) форме. Отчасти это достигается врожденными механизмами реализации базовых эмоций.

Функция дезорганизации. Интенсивные эмоции способны нарушить эффективное протекание деятельности. Даже аффект оказывается полезен, когда человеку необходимо полностью мобилизовать свои физические силы. Однако длительное действие интенсивной эмоции обуславливает развитие состояния дистресса, который, в свою очередь, действительно приводит к расстройству поведения и здоровья.

7.3 Теории эмоций.

Теория эмоций В. Вундта — теория структуры эмоций. В. Вундт выделил три измерения эмоций: удовольствие — неудовольствие, успокоение — возбуждение, напряжение — разрядка.

Э.Б. Титченер показал, что эти измерения нельзя считать независимыми факторами.

Концепция выразительных движений создана Ч. Дарвиным. Это — теория происхождения эмоций, в которой сформулировано предположение о том, что выразительные движения человека являются рудиментами инстинктивных действий живого существа, связанных с борьбой, нападением, защитой потомства и т.п.

Данная концепция не может объяснить всего богатства человеческих выразительных движений (улыбка, сдерживаемые слезы).

Теория Джемса–Ланге разработана одновременно и независимо друг от друга У. Джемсом и К.Г. Ланге. Это — объяснительная модель возникновения эмоций, которая представляет собой сосудодвигательную теорию эмоций, в которой ведущую роль отводилась соматовегетативному компоненту. Та или иная эмоция представляет собой ощущения, вызываемые изменениями в произвольной сфере (внешние движения) и непроизвольной (сердечная, сосудистая, секреторная деятельность). Таким образом, периферические органические изменения трактовались не как следствие эмоционального процесса, а как их причина. Особенность подхода Ланге заключалась в том, что он делал акцент лишь на сосудистой системе. В ней эмоции трактовались как субъективные образования, возникающие в ответ на нервное возбуждение, обусловленное состоянием иннервации и шириной кровеносных сосудов висцеральных органов. Один из первых предпринял попытку экспериментальной проверки теории Джемса–Ланге Ч.С. Шеррингтон, для чего перерезал шейный отдел спинного мозга и блуждающие нервы. В результате этого показал, что отделение висцеральной нервной системы от центральной нервной системы не изменяет общего поведения животного в ответ на эмоциогенное воздействие. В дальнейшем окончательно была опровергнута У.Б. Кенноном (1871–1945), американским физиологом и психофизиологом. Им было показано, что при эмоциональном возбуждении происходит выброс адреналина, который обеспечивает мобилизацию организма к активным действиям. При этом усиливается

сердцебиение, повышается уровень сахара в крови, расширяются зрачки, происходит торможение пищеварения.

Биологическая теория эмоций разработана П.К. Анохиным. Это — теория эмоций, которая объясняет возникновения положительных (отрицательных) эмоций тем, что нервный субстрат эмоций активируется в тот момент, когда обнаруживается совпадение (рассогласование) акцептора действия, как афферентной модели ожидаемых результатов, с одной стороны, и сигнализации о реально достигнутом эффекте, с другой.

Потребностно–информационная теория предложена П.В. Симоновым (1964 г.). Здесь постулируется, что эмоция является отражением мозгом человека и животных какой–либо актуальной потребности (ее качества и величины) и вероятности ее удовлетворения, которую мозг оценивает на основе генетического и ранее приобретенного индивидуального опыта. Соотношение этих переменных представлено в формуле: $\mathcal{E} = f [П, (Ин–Ис), \dots]$, где \mathcal{E} — эмоция; П — сила и качество актуальной потребности; (Ин–Ис) — оценка вероятности удовлетворения потребности на основе врожденного и приобретенного опыта; Ин — информация о средствах, ресурсах и времени, прогностически необходимых для удовлетворения потребности, Ис — информация о средствах, ресурсах и времени, которыми располагает субъект в данный момент времени.

Теория активации эмоций (М.В. Arnold, 1950); (G. Lindsey, 1951) происходит из более старой таламической теории У. Кеннона и Ф. Барда, здесь более подчеркнута роль внутренних структур мозга. Сенсорные раздражители поступают от периферии к кортексу, оцениваются; там присоединяются чувственные оценки и заложенные в таламусе образцы поведения. После этого происходит переход к органу реализации.

Оттуда идет обратное сообщение, которое снова проходит оценивание и ощущение. Эта теория способна объяснить наблюдаемое в клинике внезапное пробуждение аффекта.

Двухкомпонентная теория С. Шехтера постулирует, что переживание эмоций обусловлено сочетанием двух факторов. С одной стороны, должно быть физиологическое возбуждение, с другой, ситуация должна допускать осмысленную когнитивную интерпретацию этого возбуждения в терминах эмоций. Эта теория основывалась на экспериментах, в которых испытуемым делались инъекции возбуждающего препарата.

7.4 Общая характеристика стресса, виды стрессов.

Стресс (от англ. stress—давление, напряжение) — термин, используемый для обозначения обширного круга состояний человека, возникающих в ответ на разнообразные экстремальные воздействия (стрессоры).

Первоначально понятие «стресс» возникло в физиологии для обозначения неспецифической реакции организма («общего адаптационного синдрома») в ответ на любое неблагоприятное воздействие (Г. Селье). Позднее стало использоваться для описания состояний индивида в экстремальных условиях на физиологическом, психологическом и поведенческом уровнях.

В зависимости от вида стрессора и характера его влияния выделяют различные виды стресса, в наиболее общей классификации — физиологический стресс и психологический стресс. Последний подразделяется на информационный и эмоциональный стресс. Информационный стресс возникает в ситуациях информационных перегрузок, когда человек не справляется с задачей, не успевает принимать верные решения в требуемом темпе при высокой степени ответственности за последствия принятых решений. Эмоциональный стресс появляется в ситуациях угрозы, опасности, обиды и пр. При этом различные его формы (импульсивная, тормозная, генерализованная) приводят к изменениям в протекании психических процессов, эмоциональным сдвигам, трансформации мотивационной структуры деятельности, нарушениям двигательного и речевого поведения. Стресс может оказывать как

положительное, мобилизующее, так и отрицательное влияние на деятельность (дистресс), вплоть до ее полной дезорганизации. Поэтому оптимизация любого вида деятельности должна включать комплекс мер, предупреждающих причины возникновения стресса.

7.5 Методики релаксации, преодоления негативного эмоционального состояния.

Релаксация (от лат. *relaxatio*— уменьшение напряжения, ослабление) — состояние покоя, расслабленности, возникающее у субъекта вследствие снятия напряжения, после сильных переживаний или физических усилий.

Релаксация может быть произвольной (расслабленность при отходе ко сну) и произвольной, вызываемой путем принятия спокойной позы. представления состояний, обычно соответствующих покою, расслабления мышц, вовлеченных в различные виды активности.

Эффективным методом обучения релаксации является установление обратной связи с помощью приборов, фиксирующих уровень био – электрической активности и делающих его доступным восприятию обучающегося. Релаксация — один из вспомогательных приемов спортивной тренировки, аутогенной тренировки, логопедической работы и т. д.

Тема 8. Воля

8.1 Понятие о воле в психологии.

Воля — способность человека, проявляющаяся в самодетерминации и саморегуляции им своей деятельности и различных психических процессов. В качестве основных функций воли выделяют: выбор мотивов и целей, регуляцию побуждения к действиям при недостаточной или избыточной их мотивации, организацию психических процессов в адекватную выполняемой человеком деятельности систему, мобилизацию физических и психических возможностей в ситуации преодоления препятствий при достижении установленных целей. Понятие «воля» было первоначально «ведено для объяснения побуждений к действиям, осуществляемым по собственным

решениям человека, но не отвечающим его желаниям. Затем оно стало использоваться для объяснения возможности свободного выбора при конфликте желаний человека, связанного с постановкой проблем «свободы воли». Возможность произвольно регулировать действия и психические процессы, подчиняя их своим сознательным решениям, также объясняется наличием воли, как и проявление в действиях человека таких качеств, как настойчивость, решительность, выдержка, смелость и т. д. Многообразие всех ситуаций, требующих срочной волевой регуляции (преодоление препятствий, направленность действия в будущее, конфликт мотивов, конфликт между требованием подчинения социальным нормам и имеющимся у человека желанием и т. д.), можно свести к трем реальностям, в основе которых лежит необходимость: восполнения дефицита побуждения к действиям при отсутствии их достаточной мотивации; выбора мотивов, целей, видов действия при их конфликте; произвольной регуляции внешних и внутренних действий и психических процессов.

Воля. Как социальное новообразование психики, обусловленное развитием трудовой деятельности, воля может быть представлена как система различных психических процессов или как особое внутреннее действие, включающее различные внешние и внутренние средства. Участие мышления, воображения, эмоций, мотивов и т. д. в волевой регуляции приводило в истории науки к преувеличенной оценке либо интеллектуальных процессов (интеллектуалистические теории воли), либо аффективных процессов (эмоциональные теории воли). Были созданы теории, в которых воля рассматривалась как первичная способность души.

Волевая регуляция поведения и действий является произвольной регуляцией активности человека. Она формируется и развивается под воздействием контроля за его поведением со стороны общества, а затем самоконтроля личности. Волевая регуляция проявляется как личностный уровень произвольной регуляции, отличающийся тем, что решение о волевой регуляции исходит от личности и при регуляции используются личностные

средства. Одним из таких средств личностной регуляции является изменение смысла действий. Намеренное изменение смысла действия, приводящее к изменению побуждения, может достигаться через переоценку значимости мотива, через привлечение дополнительных мотивов, через предвидение и переживание последствий действия, через актуализацию мотивов посредством воображаемой ситуации и т. д. Развитие волевой регуляции связано прежде всего с формированием богатой мотивационно–смысловой сферы, стойкого мировоззрения и убеждений человека, а также способности к волевым усилиям в особых ситуациях действия. Развитие этой способности связано с переходом от внешних способов изменения смысла действия к внутренним.

8.2 Структура волевого акта.

Волевой акт может иметь разную структуру, в зависимости от количества компонентов, и длительность этапов его осуществления. Волевые действия бывают простые и сложные.

К простым волевым действиям относятся те, при осуществлении которых человек без колебаний идет к намеченной цели, то есть побуждение к действию непосредственно переходит в само действие.

В сложном волевом акте можно выделить, по крайней мере, четыре фазы:

Первая фаза – возникновение побуждения и предварительная постановка цели.

Вторая фаза – обсуждение и борьба мотивов.

Третья фаза – принятие решения.

Четвертая фаза – исполнение решения.

Дадим краткую характеристику каждой из четырех фаз.

Первая фаза характеризует начало волевого акта. Волевой акт начинается с возникновения побуждения, которое выражается в стремлении что–то сделать. По мере осознания цели это стремление переходит в желание, к которому добавляется установка на его реализацию. Если же

установка на реализацию цели не сформировалась, то волевой акт может на этом завершиться, так и не начавшись. Таким образом, для возникновения волевого акта необходимо появление мотивов и их преобразование в цели.

Вторая фаза волевого акта характеризуется активным включением в него познавательных и мыслительных процессов. На этом этапе происходит оформление мотивационной части действия или поступка. Дело в том, что мотивы, появившиеся на первой стадии в виде желаний, могут противоречить друг другу. И личность вынуждена проанализировать эти мотивы, снять существующие между ними противоречия, осуществить выбор.

Третья фаза связана с принятием одной из возможностей в качестве решения. Однако не все люди принимают решения быстро, возможны продолжительные колебания с поиском дополнительных фактов, способствующих утверждению в своем решении.

Четвертая фаза – исполнение этого решения и достижение цели. Без исполнения решения волевой акт считается незавершенным. Исполнение решения предполагает преодоление внешних препятствий, объективных трудностей самого дела.

Особенность протекания волевого акта состоит в том, что механизмом его осуществления являются волевые усилия на всех фазах. Осуществление волевого акта всегда связано с ощущением нервно–психического напряжения.

8.3 Воля и характер.

Если направленность является "головой" характера, то воля как принято выражаться, его "хребтом". Воля это та сторона психической деятельности, которая отражает общественные потребности и выражается в сознательной постановке цели (целеустремленности), решимости или готовности достигнуть этой цели, активности, организованности и стойкости, необходимых для преодоления препятствий, стоящих на пути к достижению цели. Человек делает свою жизнедеятельность объектом своей воли и своего

сознания. Благодаря воле направляется, регулируется, контролируется человеком его деятельность. Волевая деятельность всегда сознательная и целеустремленная деятельность. Источником формирования личности и воли служат производственные и общественные отношения, вызывающие определенные общественные потребности. Для того чтобы производить, люди должны соединяться для совместной деятельности и взаимного обмена этой деятельностью. Производство осуществляется только при условии определенных общественных отношений между людьми. Волевая деятельность как воздействие человека на природу и на других людей формируется в производственных отношениях, которые всегда являются одновременно и общественными отношениями. Большое значение для сознательной постановки цели и готовности ее добиваться имеет мотивировка волевого действия. Прежде всего, ставится вопрос о содержании или направлении мотивов как осознанных побуждений к действию. Волевые процессы разнообразны. Так, они могут иметь формы влечения, желания, хотения и намерения. Иногда влечение характеризуют тем, что его цель представляется неясной или смутной. На самом деле влечение часто вызывается весьма ясной, даже временами навязчивой целью. В желании по сравнению с влечением более отчетливо выражен момент самоопределения человека. Человек в этом состоянии лучше, чем при влечении, владеет собой, рассуждает и выбирает цель. Хотение, в отличие от желания, обычно понимается как такой процесс, который связан с выбором не только цели, но и средств, ведущих к ее достижению. В хотении вообще подчеркивается большая готовность к действию, чем в желании. Но эта готовность выражается не всегда в том, что отчетливо представляются пути к достижению цели, а чаще в исключении конкурирующих целей, в целенаправленном сужении внимания. Волевые процессы необходимо различать также в отношении спокойствия или остроты, бурности их протекания. Бурность и напряженность волевого процесса выражаются также в затрате волевого усилия. Волевое усилие необходимо понимать как своего

рода приказ себе делать все, способствующее достижению цели. Хотя воля и является одним из основных компонентов характера, все же было бы неправильно сравнивать волю и характер. Прежде всего, не всякий волевой процесс имеет характерологическое значение. Некоторые намерения, стремления и желания человека могут быть временными чисто ситуационными состояниями, общими для многих людей и совсем нетипичными для данной личности. Характер в строгом смысле слова – только один из компонентов личности, в которую входят еще способности, темперамент, самосознание.

8.4 Становление волевых качеств у личности.

В VII—VIII классах школы некоторые подростки начинают систематически и

целенаправленно заниматься самовоспитанием. Это особенно характерно для мальчиков, в среде которых идеал мужественности становится одним из основных идеалов, порождающих критерии оценок окружающих людей.

Подростки любят приключенческие, романтические фильмы и соответствующую литературу, так как именно в них встречаются герои, обладающие нужными качествами мужественности, смелости, характером и силой воли. Подростки пытаются подражать этим героям в жизни, воспроизводя в играх и создаваемых ими ситуациях сцены, прочитанные в книгах или увиденные в фильмах. Это особенно типично для младших подростков в возрасте от 11 до 13 лет.

В старшем подростковом возрасте многие мальчики начинают заниматься саморазвитием у себя необходимых волевых качеств личности. Объектом для подражания для них становятся товарищи, более старшие по возрасту,— юноши и взрослые мужчины. В компаниях с ними подросток принимает участие в делах, требующих проявления воли.

Весьма распространенным среди современных подростков способом развития у себя волевых качеств личности являются занятия видами спорта,

связанными с большой физической нагрузкой и риском, такие, где требуются незаурядная сила и мужество. Это — бокс, борьба, тяжелая атлетика, хоккей. Увлекаясь многими видами спортивных занятий вначале ради развития волевых личностных качеств, некоторые подростки затем продолжают заниматься ими же для достижения высоких результатов.

Благодаря этому получает дальнейшее развитие мотивация достижения успехов.

Став привычными, занятия физической культурой и спортом в зрелом возрасте иногда превращаются в эффективное средство поддержания здоровья и работоспособности, а полезные волевые качества личности, первоначально сформировавшиеся и закрепившиеся в ходе этих занятий, затем переходят на другие виды деятельности, в частности на профессиональную работу, определяя вместе с мотивацией достижения успехов ее практические результаты.

Имеется определенная последовательность в выработке волевых качеств личности у подростка. Вначале развиваются в основном динамические физические качества. Это — сила, быстрота и скорость реакции. Затем вырабатываются качества, связанные со способностью выдерживать большие и длительные нагрузки: выносливость, выдержка, терпение и настойчивость.

Вслед за этим наступает черед формирования более сложных и тонких волевых качеств, таких, например, как концентрация внимания, сосредоточенность, работоспособность.

Общая логика развития всех волевых качеств может быть выражена следующим образом: от умения управлять собой, концентрировать усилия, выдерживать и выносить большие нагрузки до способности управлять деятельностью, добиваться в ней высоких результатов. Соответственно этой логике сменяют друг друга и совершенствуются приемы развития волевых качеств.

Вначале подросток просто восхищается ими у других людей, по-хорошему завидует тем, кто обладает этими качествами (10—11 лет). Затем подросток заявляет о желании иметь такие качества у себя (11—12 лет) и, наконец, приступает к их самовоспитанию (12—13 лет). Наиболее активным периодом волевого самовоспитания у подростков считается возраст от 13 до 14 лет.

Стремление к выработке у себя полезных качеств личности, характерных для взрослых людей одного с ними пола, свойственно не только мальчикам–подросткам, но и девочкам–подросткам. Однако в отличие от мальчиков выработка специфических качеств личности, аналогичных волевым, у девочек идет по иному пути. Для них такими видами деятельности, в которых складываются и закрепляются соответствующие качества, чаще всего являются учение, различные виды занятий искусством, домоводство, а также женские виды спорта. Девочки–подростки особенно стараются преуспеть в учебе, много занимаются теми школьными предметами, где у них что–то не получается.

Описанные поло–ролевые различия между мальчиками и девочками способствуют тому, что у них вырабатываются настойчивость и работоспособность как раз в таких видах деятельности, которыми им придется заниматься, став взрослыми.

Тема 9. Индивидуально–психологические особенности личности

9.1 Темперамент, его типы.

Темперамент (от лат *temperamentum*— надлежащее соотношение частей, соразмерность) — характеристика индивида со стороны его динамических особенностей: интенсивности, скорости, темпа, ритма психических процессов и состояний. Два компонента темперамента — активность и эмоциональность присутствуют в большинстве классификаций и теорий темперамента

Активность поведения характеризует степень энергичности, стремительности, быстроты и, наоборот, медлительности, инертности, а эмоциональность — особенности протекания эмоций, чувств, настроений и их качество: знак (положительный, отрицательный) и модальность (радость, горе, страх, печаль, гнев и т.д.). Различают собственно темперамент как определенное устойчивое сочетание психодинамических свойств, проявляющихся в деятельности и поведении, и его органическую основу.

Известны три основные системы объяснений ее сущности, из которых две первые имеют лишь исторический интерес. Первая (гуморальная) связывала состояние организма с соотношением различных соков (жидкостей), в связи с чем выделялись четыре типа темперамента: сангвинический, холерический, меланхолический, флегматический (Гиппократ, Гален и др.); эта терминология стала широко употребительной; вторая (конституциональная) исходит из различий в конституции организма — его физического строения, соотношения его отдельных частей, различных тканей (Кречмер, Шелдон и др.); третья связывает типы темперамента с деятельностью центральной нервной системы. Учение И. П. Павлова о влиянии центральной нервной системы на динамические особенности поведения выделяет три основных свойства нервной системы — силу, уравновешенность, подвижность возбуждательного и тормозного процессов — и четыре основных типичных их сочетания в виде четырех типов высшей нервной деятельности: 1) сильный, уравновешенный, подвижный; 2) сильный, уравновешенный, инертный; 3) сильный, неуравновешенный; 4) слабый. Первому типу соответствует ТЕМПЕРАМЕНТ сангвиника, второму — флегматика, третьему — холерика, четвертому — меланхолика.

Исследования Б. М. Теплова и В. Д. Небылицына показали, что структура основных свойств нервной системы много сложнее, а число комбинаций гораздо больше, чем это ранее представлялось. Тем не менее указанные четыре типа темперамента как наиболее обобщенные могут быть использованы для изучения индивидуальности. Темперамент относительно

устойчив и мало подвержен изменениям под влиянием среды и воспитания, однако он изменяется в онтогенезе. ТЕМПЕРАМЕНТ не характеризует содержательную сторону личности (направленность мотивационной сферы, ценностные ориентации, мировоззрение) и не определяет непосредственно содержательные черты личности. Однако свойства темперамента могут как благоприятствовать, так и противодействовать формированию определенных черт личности, поскольку темперамент может модифицировать значение факторов среды и воспитательных воздействий, от которых в решающей степени зависит формирование личности.

9.2 Личность и темперамент.

Темперамент является природной основой проявления психологических качеств личности. Однако при любом темпераменте можно сформировать у человека качества, которые несвойственны данному темпераменту.

Психологические исследования и педагогическая практика показывают, что темперамент несколько изменяется под влиянием условий жизни и воспитания. Темперамент может изменяться и в результате самовоспитания.

Даже взрослый человек может изменить в определенную сторону свой темперамент. Известно, например, что А. П. Чехов был человеком очень уравновешенным, скромным и деликатным. Но вот интересный факт из его жизни. В одном из писем к жене О. Л. Книппер–Чеховой Антон Павлович делает такое ценное признание: "Ты пишешь, что завидуешь моему характеру. Должен сказать тебе, что от природы у меня резкий, я вспыльчив и проч. и проч. Но я привык сдерживать себя, ибо распускать себя порядочному человеку не подобает. В прежнее время я выделял черт знает что". Интересно отметить, что некоторые люди, познав особенности своего темперамента, преднамеренно сами вырабатывают определенные методы, чтобы овладеть им. Так поступал, например, А. М. Горький, который сдерживал бурные проявления своего темперамента. Для этого он

сознательно переключался на разные побочные действия с предметами. С людьми, которые высказывали противоположные ему взгляды, А. М. Горький старался быть бесстрастным и спокойным.

9.3 Характер и поведение человека.

Неповторимость психики каждого человека связана с особенностями физиологического строения и развития организма, с различными внешними воздействиями социальной среды. К физиологическим подструктурам личности относятся половозрастные свойства психики, а также темперамент. Темперамент обусловлен типом нервной системы и отражает преимущественно врождённые характеристики поведения.

Любой человек должен постоянно учитывать особенности темперамента людей, с которыми ему приходится работать и общаться. Это необходимо для эффективного взаимодействия с ними, уменьшения вероятности возникновения конфликтных ситуаций, избежания возможного стресса. Не существует лучших или худших темпераментов. Поэтому усилия при контакте с носителем того или иного типа темперамента должны направляться не на его исправление, а на грамотное использование достоинств и преимуществ характера с одновременной нейтрализацией отрицательных сторон. При этом возникает вопрос о критериях, по которым можно, принимая во внимание внешние и поведенческие признаки, не только определить тип темперамента человека, но и предвидеть особенности его поведения в той или иной ситуации.

Самая ранняя из наиболее известных типологий темперамента была разработана во II веке до н.э. римским врачом Клавдием Галеном. В классическом труде "О частях человеческого тела" он дал первое анатомо-физиологическое описание целостного организма, положив анатомию и физиологию в основу научной диагностики, лечения и профилактики. Гален выделил несколько типов темперамента. Четыре из них в настоящее время рассматриваются как основные: сангвинический, холерический, флегматический и меланхолический.

САНГВИНИК стремится к частой смене впечатлений, легко и быстро отзывается на окружающие события, общителен. Он увлекается всем, что ему приятно. В основе его поведения – стремление к наслаждению. Эмоции сангвника (в основном положительные) быстро возникают и не долго продолжаются. Неудачи им переживаются сравнительно легко. Сангвиник доверчив, легковверен, непостоянен. При неблагоприятных условиях его подвижность может смениться отсутствием сосредоточенности, поверхностными суждениями, поспешностью в действиях.

ХОЛЕРИК склонен к резким сменам настроения, энергичен, стремителен, порывист, быстро воспламеняется, подвержен эмоциональным срывам, бывает агрессивен. Мало размышляет и решительно действует. В сложных ситуациях может терять контроль над своими эмоциями.

ФЛЕГМАТИК хладнокровен, медлителен, спокоен, не сразу поддается чувствам, обычно отличается постоянством. Он не склонен к принятию скоропалительных решений, свои страдания переносит терпеливо, спокойно реагирует на переживания других, жалуется редко, с трудом переключается с одного вида деятельности на другой и плохо приспосабливается к новой обстановке. При неблагоприятных условиях у флегматика может развиваться апатия, склонность к выполнению однообразных, привычных действий.

МЕЛАНХОЛИК склонен к депрессии, печали, подавленности. Внешне он слабо выражает свои чувства и нередко воспринимает отношение к себе окружающих как пренебрежение, недооценку. Страдает глубоко, утешается с большим трудом. При неблагоприятных условиях у меланхолика может развиваться повышенная эмоциональная ранимость, замкнутость, отчужденность.

Со временем данные о выявленных Галеном типах темперамента накапливались, подтверждая обоснованности типологии римского ученого. Но всё же в глубинные основы такой классификации оставались неясными, что вызвало появление конституционных теорий темперамента, которые опирались на наглядно различимые признаки в строении человеческого тела.

Наиболее известные из этих теорий принадлежат немецкому психиатру и психологу У. Шелдону.

Э. Кречмер в своём труде "Строение тела и характера" (1921 г.) обобщил наблюдения антропологов и психиатров. Согласно его концепции, существует прямая связь между конституцией человека и свойствами его темперамента. Э. Кречмер выделил и описал 4 конституционных типа.

АСТЕНИК (от греч. *asthenes* – слабый) – человек высокого роста, хрупкого телосложения с уменьшенными поперечными размерами, плоской грудной клеткой, вытянутым лицом, длинным и тонким носом. Плечи узкие, ноги и руки худые и длинные, кисти рук узкие, кожа дряблая. Женщины астенического типа схожи с астениками–мужчинами, но имеют небольшой рост. Астеники склонны к преждевременному старению.

ПИКНИК (от греч. *pykno* – плотный, толстый) – человек среднего или малого роста, с богатой жировой тканью (тучный), большим животом, выпуклой грудной клеткой, круглой головой на короткой и толстой шее. Лицо широкое с мелкими чертами.

АТЛЕТИК (от греч. *athletikos* – свойственный борцам) – человек высокого или среднего роста, пропорционального крепкого телосложения, с широкими плечами, хорошей мускулатурой, узкими бёдрами. Голова держится прямо, лицевые кости выпуклые. Женщины атлетического типа, в отличие от мужчин, имеют определённую склонность к ожирению.

ДИСПЛАСТИК – человек неправильного телосложения, плохо сформировавшийся.

С этими типами телосложения Э. Кречмер соотнёс разновидности темперамента, он выделил три – шизотимический (шизотимик), иксотимический (иксотимик) и циклотимический (циклотимик).

ШИЗОТИМИК имеет астеническое телосложение, замкнут, склонен к колебаниям эмоций от раздражения до равнодушия, упрям, редко изменяет взгляды и установки, склонен к абстракции. Он с трудом приспосабливается к окружению, при расстройствах психики обнаруживает

предрасположенность к шизофрении. Шизотимики отличаются высокомерием, желанием не походить на других, быть лучше всех, сдержанностью, серьезностью, поверхностной общительностью. Они часто уходят в себя, проявляя интерес лишь к собственным проблемам, либо, наоборот, стремятся к переустройству мира, впадают в доктринерство.

Среди шизотимиков Э. Кречмер выделил шесть подтипов тонко чувствующие натуры; идеалисты–мечтатели; холодные властные натуры; эгоисты; "сухари"; безвольные натуры.

ИКСОТИМИК имеет атлетическое телосложение, спокоен, маловпечатлителен, отличается не очень гибким мышлением, сдержанностью в мимике и жестах, с трудом приспосабливается к переменам. При расстройствах психики иксотимик обнаруживает предрасположенность к эпилепсии.

ЦИКЛОТИМИК имеет плотное телосложение, эмоционален: эмоции колеблются между печалью и радостью. Он реалистичен во взглядах, без затруднений контактирует с окружающими, отзывчив, добросердечен. При расстройствах психики циклотимик обнаруживает предрасположенность к маниакально–депрессивному психозу.

Среди циклотимиков Э. Кречмер выделил пять подтипов: весёлые болтуны; спокойные юмористы; сентиментальные тихони; беспечные любители жизни; активные практики.

Последовательность Э. Кречмера У.Г. Шелдон в своих работах обозначил три первичных компонента телосложения: эндоморфный, мезоморфный, эктоморфный. По Шелдону, представители данных типов телосложения характеризуются и специфическими типами темперамента.

ЭНДОМОРФ имеет круглую голову, большой живот, округлые и мягкие формы тела, плотные жировые отложения, неразвитые мышцы, вялые руки и ноги. Его осанка и движения расслабленные, реакции замедленные. Терпим, в эмоциональном плане ровен, приветлив. В общении характеризуется ориентацией на окружающих, стремлением к их одобрению.

Любит комфорт, получает удовольствие от вкусной и обильной пищи. Склонен к общественной жизни, тянется к компаниям.

МЕЗОМОРФ имеет массивную голову, широкие плечи и грудную клетку, мускулистые руки и ноги. Подтянут, энергичен, с громким голосом. Осанка и движения уверенные. Решителен, порой агрессивен и самодоволен. Склонен к риску. В своих отношениях с окружающими стремится к доминированию. Испытывает потребность в движениях, физических нагрузках. Эмоционально нечувствителен, чёрств. Безразличен к боли, избегает находиться в замкнутых пространствах (помещениях).

ЭКТОМОРФ имеет высокий лоб, вытянутое лицо, маленький живот, узкую грудную клетку, неразвитую мускулатуру, тонкие длинные руки и ноги. Движения сдержанные, временами скованные. В проявлении чувств сдержан, скрытен. Испытывает затруднения в установлении контактов с другими людьми. Склонен к уединению. Рассудителен. Чрезмерно чувствителен в боли. Избегает находиться на открытом пространстве.

Предложенный Э. Кречмером, У. Шелдоном и их последователями конституционный подход к типологизации темперамента отражает реально существующие связи между внешним обликом человека и его психическими особенностями. Вместе с тем он не позволяет выявить основу, по которой группируются определённые физические и психические свойства индивида в тот или иной тип темперамента.

В связи с этим неоднократно предпринимались попытки выделить различные основания для классификации. Так, ещё сам К. Гален выдвинул первый вариант эндокринной теории. Предложенные им типы темперамента определялись соотношением в организме четырёх основных "соков": крови, флегмы, жёлтой и чёрной желчи. Об этом свидетельствует и само определение темпераментов: сангвиник – от латинского звучания слова "кровь", холерик – от греческого "желчь", флегматик – от греческого "слизь", меланхолик – от греческого "чёрная желчь". Попытки объяснить особенности

темпераментов теми или иными обменными процессами предпринимаются и в настоящее время.

Ныне наиболее распространённой является теория И.П. Павлова, связавшая тип темперамента человека с типом его нервной системы. И.П. Павлов выделил четыре типа нервной системы:

1 тип: сильный, уравновешенный, подвижный;

2 тип: сильный, неуравновешенный;

3 тип: сильный, уравновешенный, инертный;

4 тип: слабый.

Каждый тип включает компоненты со следующими характеристиками.

СИЛЬНЫЙ. Человек способен сохранять высокий уровень работоспособности при длительном и напряжённом труде, быстро восстанавливает свои силы. Эмоциональный тонус высокий. Слабые отвлекающие воздействия не вызывают реакции.

УРАВНОВЕШЕННЫЙ. Человек собран и спокоен в самой напряжённой ситуации. Без труда подавляет ненужные желания и отвлекающие мысли. Работает равномерно, без резких колебаний в интенсивности и результатах труда.

ПОДВИЖНЫЙ. Человек способен быстро и адекватно реагировать на изменения складывающейся ситуации, легко отказываться от негодных стереотипов, быстро приобретает новые навыки и привычки. Без труда меняет вид деятельности, способен к ускоренному темпу действий и речи, мгновенному запоминанию.

Человек с первым типом нервной системы (сильный, уравновешенный, подвижный) обладает всеми перечисленными качествами. У него оптимально сбалансированы волевые и коммуникативные свойства.

Человек со вторым типом нервной системы (сильный, неуравновешенный) характеризуется высокой работоспособностью, быстрой реакцией. Вместе с тем он неуравновешен, вспыльчив, раздражителен, агрессивен, нетерпелив и несдержан.

Человек с третьим типом нервной системы (сильный, уравновешенный, инертный) отличается высокой работоспособностью и внутренней стабильностью. В то же время он с трудом адаптируется к новым ситуациям, не способен отказаться от выработанных стереотипов и приобретённых навыков. Эмоции проявляются замедленно и слабо. Не любит менять заведённый распорядок жизни, работу, обстановку, друзей, привычки. Медленно приспосабливается к новым условиям.

Человек с четвёртым типом нервной системы (слабый) характеризуется быстрым падением работоспособности, потребностью в более длительном отдыхе. На трудности реагирует с излишней эмоциональностью. Не умеет переносить длительные и интенсивные нагрузки.

Выделив и описав 4 типа нервной системы, И.П. Павлов сопоставил их с классическими типами темперамента, показав высокую степень соответствия между ними. Это дало ему основание для вывода: именно свойства нервной системы определяют давно описанные темпераменты.

САНГВИНИК (нервная система I типа) – человек, легко приспосабливающийся к изменениям условий жизни. В высшей степени подвижен, общителен, часто меняет привязанности. Имеет широкий круг знакомств. При большом интересе к делу продуктивен, энергичен; в противном случае вял, скучен, неинтересен. Характеризуется высокой сопротивляемостью различным трудностям.

ХОЛЕРИК (нервная система II типа) – человек, нервная система которого характеризуется преобладанием возбуждения над торможением. Отличается энергичностью при недостатке выдержки и самообладания. Вспыльчив, несдержан, нетерпелив, порывист, резок. Увлекаясь чем-то, полностью истощает свои силы и теряет интерес к начатому. Плохо приспособлен к деятельности, требующей спокойного темпа, плавных движений.

ФЛЕГМАТИК (нервная система III типа) – человек, хорошо сопротивляющийся сильным и продолжительным раздражителям.

Характеризуется уравновешенностью процессов возбуждения и торможения. Спокоен, ровен, терпелив, выдержан. В мимике и интонациях невыразителен и однообразен. Отличается замедленностью реакций. Постоянен в общении, медленно и с трудом привыкает к новым людям. Сохраняет внешнее спокойствие даже при серьёзных неприятностях, но способен иногда давать волю чувствам.

МЕЛАНХОЛИК (нервная система IV типа) – человек, плохо сопротивляющийся воздействию сильных стимулов. Часто заторможен и пассивен. Отличается слабой выносливостью, тревожностью, беспокойством, неуверенностью в себе. Необщителен. Теряется в новой обстановке, среди новых людей. Склонен к уединению, замкнутости, сильным переживаниям.

Павловская концепция о связи темперамента с типами нервной системы является серьёзным шагом на пути исследования основ типологизации личности. В то же время описанные типы нервной системы – не реальные портреты, так как ни один человек не обладает "в чистом виде" абсолютно всеми признаками того или иного типа: признаки накладываются друг на друга, смешиваются, оказывают взаимовлияние. Тем не менее теория И.П. Павлова служит основой для подавляющего большинства современных исследований в сфере межличностного общения.

В последние годы к основным составляющим темперамента относят ещё две характеристики: энергетический уровень и временные параметры. При этом энергетический уровень описывается через активность и реактивность, временные параметры – через подвижность, темп и ритмичность реакций.

Реактивность человека определяет уровень (силу) раздражителя, способного вызвать ту или иную реакцию. Разные люди по-разному реагируют на одинаковые стимулы: высокореактивные – сильно возбудимы, но не выносливы; активные – выносливы и менее возбудимы при воздействии сильных или часто повторяющихся раздражителей. Соотношение реактивности и активности показывает, что сильнее

воздействует на человека – постоянные и долгосрочные цели (преобладание активности). Согласно концепции польского психолога Я. Стреляу, активность и реактивность находятся в обратной зависимости. Высокореактивные люди, сильно реагирующие на раздражители, характеризуются обычно пониженной активностью и малой интенсивностью действий. Низкореактивные более активны и могут дольше поддерживать интенсивную деятельность.

9.4 Формирование характера, акцентуированные личности.

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

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

Сензитивным периодом для становления характера можно считать возраст от 2–3 до 9–10 лет, когда дети много и активно общаются как с окружающими взрослыми людьми, так и со сверстниками. В этот период они открыты для воздействий со стороны, с готовностью их принимают, подражая всем и во всем. Взрослые люди в это время пользуются безграничным доверием ребенка, имеют возможность воздействовать на него словом, поступком и действием, что создает благоприятные условия для закрепления нужных форм поведения.

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

Раньше других в характере человека закладываются такие черты, как доброта, общительность, отзывчивость, а также противоположные им качества – эгоистичность, черствость, безразличие к людям. Имеются данные о том, что начало формирования этих черт характера уходит в глубь дошкольного детства, к первым месяцам жизни и определяется тем, как мать обращается с ребенком.

Те свойства характера, которые наиболее ярко проявляются в труде – трудолюбие, аккуратность, добросовестность, ответственность, настойчивость, – складываются несколько позже, в раннем и дошкольном детстве. Они формируются и закрепляются в играх детей и доступных им видах домашнего труда. Сильное влияние на их развитие оказывает адекватная возрасту и потребностям ребенка стимуляция со стороны взрослых. В характере ребенка сохраняются и закрепляются в основном такие черты, которые постоянно получают поддержку (положительное подкрепление).

В начальных классах школы оформляются черты характера, проявляющиеся в отношениях с людьми. Этому способствует расширение сферы общения ребенка с окружающими за счет множества новых школьных друзей, а также учителей. Если то, что ребенок как личность приобрел в домашних условиях, получает в школе поддержку, то соответствующие черты характера у него закрепляются и чаще всего сохраняются в течение всей дальнейшей жизни. Если же вновь получаемый опыт общения со сверстниками и учителями не подтверждает как правильные те формы поведения, которые ребенок приобрел дома, то начинается постепенная

ломка характера, которая обычно сопровождается выраженными внутренними и внешними конфликтами. Происходящая при этом перестройка характера не всегда приводит к положительному результату. Чаще всего имеет место частичное изменение черт характера и компромисс между тем, к чему приучали ребенка дома, и тем, что от него требует школа.

В подростковом возрасте активно развиваются и закрепляются волевые черты характера, а в ранней юности формируются базовые нравственные, мировоззренческие основы личности. К окончанию школы характер человека можно считать в основном сложившимся, и то, что происходит с ним в дальнейшем, почти никогда не делает характер человека неузнаваемым для тех, кто с ним общался в школьные годы.

Следует отметить, что характер не является застывшим образованием, а формируется и трансформируется на протяжении всего жизненного пути человека. Характер не является фатально предопределенным. Хотя он и обусловлен объективными обстоятельствами жизненного пути человека, сами эти обстоятельства изменяются под влиянием поступков человека. Поэтому после окончания учебного заведения характер человека продолжает формироваться или видоизменяться. На данном этапе человек сам является творцом своего характера, поскольку характер складывается в зависимости от мировоззрения, убеждений и привычек нравственного поведения, которые вырабатывает у себя человек, от дел и поступков, которые он совершает, от всей его сознательной деятельности. Этот процесс в современной психологической литературе рассматривается как процесс самовоспитания.

Самовоспитание характера предполагает, что человек способен освободиться от излишнего самомнения, может критически посмотреть на себя, увидеть свои недостатки. Это позволит ему определить цель работы над собой, т. е. те черты характера, от которых бы он хотел избавиться или, наоборот, которые хотел бы выработать у себя. Неоценимую помощь в воспитании характера оказывают старшие, поэтому большинство людей стремится найти себе хорошего наставника. Неслучайно на Востоке говорят:

“Если есть ученик, учитель найдется”. В этом высказывании заложен глубокий смысл. Никакой учитель не в состоянии обучить того, кто не хочет учиться. Тот, кто хочет учиться, всегда найдет, на кого ему равняться.

Пример для подражания не обязательно должен быть реальным. Это может быть киногерой или герой литературного произведения, отличающийся глубокой принципиальностью и исключительной твердостью характера, герой войны, передовой ученый и т. д. Кроме этого, особое значение в формировании характера принадлежит общественной деятельности человека, активное участие в которой развивает чувство ответственности перед коллективом, способствует развитию организованности, выдержки, чувства долга.

Наиболее эффективным средством формирования характера является труд. Сильными характерами обладают люди, ставящие перед собой большие задачи в работе, настойчиво добивающиеся их решения, преодолевающие все стоящие на пути к достижению этих целей препятствия, осуществляющие систематический контроль за выполнением намеченного. Поэтому мы вправе утверждать, что характер, как и другие черты личности, формируется в деятельности.

Понятие “акцентуации” было введено в психологию К. Леонгардом. Он считал, что у 20–50% людей некоторые черты характера столь заострены (акцентуированы), что это при определенных обстоятельствах приводит к однотипным конфликтам и нервным срывам. Акцентуация характера – преувеличенное развитие отдельных свойств характера в ущерб другим, в результате чего ухудшается взаимодействие с окружающими людьми. Выраженность акцентуации может быть различной – от легкой, заметной лишь ближайшему окружению, до крайних вариантов, когда приходится задумываться, нет ли болезни – психопатии. Психопатия – болезненное уродство характера (при сохранении интеллекта человека), в результате которого резко нарушаются взаимоотношения с окружающими людьми; психопаты могут быть даже социально опасны для окружающих.

Но в отличие от психопатии акцентуации характера проявляются не постоянно, с годами могут существенно сгладиться, приблизиться к норме.

Наибольшую известность получили классификации К. Леонгарда и А.Е. Личко.

Леонгард выделяет 12 типов акцентуации, каждый из которых предопределяет избирательную устойчивость человека к одним жизненным невзгодам при повышенной чувствительности к другим, к частым однотипным конфликтам, к определенным нервным срывам.

Акцентуации характера часто встречаются у подростков и юношей (50–80%). Определить тип акцентуации или ее отсутствие можно с помощью специальных психологических тестов, например, теста Шмишека.

Приведем краткую характеристику особенностей поведения в зависимости от типов акцентуации:

1. Гипертимный тип (гиперактивный). Его характеризует чрезмерно приподнятое настроение, всегда весел, разговорчив, очень энергичен, самостоятелен, стремится к лидерству, риску, авантюрам, не реагирует на замечания, игнорирует наказания, теряет грань недозволенного, отсутствует самокритичность.

2. Дистимный тип. Его характеризует низкая контактность, немногословность, доминирующее пессимистическое настроение. Такие люди являются обычно домоседами, тяготеют шумным обществом, редко вступают в конфликты с окружающими, ведут замкнутый образ жизни. Они высоко ценят тех, кто с ними дружит, и готовы им подчиняться. Они располагают следующими чертами личности, привлекательными для партнеров по общению: серьезностью, добросовестностью, обостренным чувством справедливости. Есть у них и отталкивающие черты. Это пассивность, замедленность мышления, неповоротливость, индивидуализм.

3. Циклоидный тип. Ему свойственны довольно частые периодические смены настроения, в результате чего так же часто меняется манера общения с окружающими людьми. В период повышенного настроения такие люди

являются общительными, а в период подавленного – замкнутыми. Во время душевного подъема они ведут себя как люди с гипертимной акцентуацией характера, а в период спада – как люди с дистимной акцентуацией.

4. Возбудимый тип. Данному типу присуща низкая контактность в общении, замедленность вербальных и невербальных реакций. Нередко такие люди занудливы и угрюмы, склонны к хамству и брани, к конфликтам, в которых сами являются активной, провоцирующей стороной. Они неуживчивы в коллективе, властны в семье. В эмоционально спокойном состоянии люди данного типа часто добросовестные, аккуратные, любят животных и маленьких детей. Однако в состоянии эмоционального возбуждения они бывают раздражительными, вспыльчивыми, плохо контролируют свое поведение.

5. Застревающий тип. Его характеризует умеренная общительность, занудливость, склонность к нравоучениям, неразговорчивость. В конфликтах такой человек обычно выступает инициатором, активной стороной. Он стремится добиться высоких показателей в любом деле, за которое берется. Предъявляет повышенные требования к себе; особо чувствителен к социальной справедливости, вместе с тем обидчив, уязвим, подозрителен, мстителен; иногда чрезмерно самонадеян, честолюбив, ревнив, предъявляет непомерные требования к близким и к подчиненным на работе.

6. Педантичный тип. Человек с акцентуацией такого типа редко вступает в конфликты, выступая в них скорее пассивной, чем активной стороной. На службе он ведет себя как бюрократ, предъявляя окружающим много формальных требований. Вместе с тем он с охотой уступает лидерство другим людям. Иногда он изводит домашних чрезмерными претензиями на аккуратность. Его привлекательные черты: добросовестность, аккуратность, серьезность, надежность в делах. А отталкивающие и способствующие возникновению конфликтов – формализм, занудливость, брюзжание.

7. Тревожный тип. Людям с акцентуацией данного типа свойственны: низкая контактность, робость, неуверенность в себе, минорное настроение.

Они редко вступают в конфликты с окружающими, играя в них в основном пассивную роль, в конфликтных ситуациях ищут поддержки и опоры. Нередко располагают следующими привлекательными чертами: дружелюбием, самокритичностью, исполнительностью. Вследствие своей незащищенности также нередко служат «козлами отпущения», мишенями для шуток.

8. Эмотивный тип. Эти люди предпочитают общение в узком кругу избранных, с которыми устанавливаются хорошие контакты, которых они понимают «с полуслова». Редко сами вступают в конфликты, играя в них пассивную роль. Обиды носят в себе, не «выплескивая» наружу. Привлекательные черты: доброта, сострадательность, обостренное чувство долга, исполнительность. Отталкивающие черты: чрезмерная чувствительность, слезливость.

9. Демонстративный тип. Этот тип акцентуации характеризуется легкостью установления контактов, стремлением к лидерству, жадностью власти и похвалы. Такой человек демонстрирует высокую приспособляемость к людям и вместе с тем склонность к интригам (при внешней мягкости манеры общения). Люди с акцентуацией такого типа раздражают окружающих самоуверенностью и высокими притязаниями, систематически сами провоцируют конфликты, но при этом активно защищаются. Они обладают следующими чертами, привлекательными для партнеров по общению: обходительностью, артистичностью, способностью увлечь других, неординарностью мышления и поступков. Их отталкивающие черты: эгоизм, лицемерие, хвастовство, отлынивание от работы.

10. Экзальтированный тип. Ему свойственны высокая контактность, словоохотливость, влюбчивость. Такие люди часто спорят, но не доводят дело до открытых конфликтов. В конфликтных ситуациях они бывают как активной, так и пассивной стороной. Вместе с тем лица данной типологической группы привязаны и внимательны к друзьям и близким. Они альтруистичны, имеют чувство сострадания, хороший вкус, проявляют

яркость и искренность чувств. Отталкивающие черты: паникерство, подверженность сиюминутным настроениям.

11. Экстравертированный тип. Такие люди отличаются высокой контактностью, у них масса друзей, знакомых, они словоохотливы до болтливости, открыты для любой информации, редко вступают в конфликты с окружающими и обычно играют в них пассивную роль. В общении с друзьями, на работе и в семье они часто уступают лидерство другим, предпочитают подчиняться и находиться в тени. Они располагают такими привлекательными чертами, как готовность внимательно выслушать другого, сделать то, о чем просят, исполнительность. Отталкивающие особенности: подверженность влиянию, легкомыслие, необдуманность поступков, страсть к развлечениям, к участию в распространении сплетен и слухов.

12. Интровертированный тип. Его, в отличие от предыдущего, характеризует очень низкая контактность, замкнутость, оторванность от реальности, склонность к философствованию. Такие люди любят одиночество; вступают в конфликты с окружающими только при попытках бесцеремонного вмешательства в их личную жизнь. Они часто представляют собой эмоционально холодных идеалистов, относительно слабо привязанных к людям. Обладают такими привлекательными чертами, как сдержанность, наличие твердых убеждений, принципиальность. Есть у них и отталкивающие черты. Это – упрямство, ригидность мышления, упорное отстаивание своих идей. Такие люди на все имеют свою точку зрения, которая может оказаться ошибочной, резко отличаться от мнения других людей, и тем не менее они продолжают ее отстаивать, несмотря ни на что.

Позднее классификацию характеров на основе описания акцентуаций предложил А. Е. Личко. Эта классификация построена на основе наблюдений за подростками. Акцентуация характера, по Личко, – это чрезмерное усиление отдельных черт характера, при котором наблюдаются не выходящие за пределы нормы отклонения в поведении человека, граничащие с патологией. Такие акцентуации, как временные состояния психики, чаще

всего наблюдаются в подростковом и раннем юношеском возрасте. При взрослении ребенка проявившиеся в детстве особенности его характера, оставаясь достаточно выраженными, теряют свою остроту, но со временем вновь могут проявиться отчетливо (особенно если возникает заболевание).

Классификация акцентуаций характеров у подростков, которую предложил Личко, выглядит следующим образом:

1. Гипертимный тип. Подростки этого типа отличаются подвижностью, общительностью, склонностью к озорству. В происходящие вокруг события они всегда вносят много шума, любят беспокойные компании сверстников. При хороших общих способностях они обнаруживают неусидчивость, недостаточную дисциплинированность, учатся неровно. Настроение у них всегда хорошее, приподнятое. С взрослыми – родителями и педагогами – у них нередко возникают конфликты. Такие подростки имеют много разнообразных увлечений, но эти увлечения, как правило, поверхностны и быстро проходят. Подростки гипертимного типа часто переоценивают свои способности, бывают слишком самоуверенными, стремятся показать себя, прихвастнуть, произвести на окружающих впечатление.

2. Циклоидный тип. Характеризуется повышенной раздражительностью и склонностью к апатии. Подростки с акцентуацией характера данного типа предпочитают находиться дома одни, вместо того чтобы где-то бывать со сверстниками. Они тяжело переживают даже незначительные неприятности, на замечания реагируют крайне раздражительно. Настроение у них периодически меняется от приподнятого до подавленного. Периоды перепада настроений составляют примерно две–три недели.

3. Лабильный тип. Этот тип характеризуется крайней изменчивостью настроения, причем часто оно непредсказуемо. Все они способны погрузиться в уныние и мрачное расположение духа при отсутствии каких-либо серьезных неприятностей и неудач. Поведение этих подростков во многом зависит от сиюминутного настроения. Настоящее и будущее

соответственно настроению может восприниматься то в светлых, то в мрачных тонах. Такие подростки, находясь в подавленном настроении, крайне нуждаются в помощи и поддержке со стороны тех, кто может поправить их настроение, способен отвлечь, приободрить. Они хорошо понимают и чувствуют отношение к ним окружающих людей.

4. Астеноневротический тип. Этот тип характеризуется повышенной мнительностью и капризностью, утомляемостью и раздражительностью. Особенно часто утомляемость проявляется при интеллектуальной деятельности.

5. Сензитивный тип. Ему свойственна повышенная чувствительность ко всему: к тому, что радует, и к тому, что огорчает или пугает. Эти подростки не любят больших компаний, подвижных игр. Они обычно застенчивы и робки при посторонних людях и потому часто воспринимаются окружающими как замкнутые.

Открыты и общительны они бывают, только с теми, кто им хорошо знаком, общению со сверстниками предпочитают общение с малышами и взрослыми. Они отличаются послушанием и обнаруживают большую привязанность к родителям. Вместе с тем у этих же подростков довольно рано формируется чувство долга, обнаруживаются высокие моральные требования к себе и к окружающим людям. Эти подростки разборчивы в нахождении для себя друзей и приятелей, обнаруживают большую привязанность в дружбе, обожают друзей, которые старше их по возрасту.

6. Психастенический тип. Такие подростки характеризуются ускоренным и ранним интеллектуальным развитием, склонностью к размышлениям и рассуждениям, к самоанализу и оценкам поведения других людей. Однако нередко они бывают больше сильны на словах, а не на деле. Самоуверенность у них сочетается с нерешительностью, а безапелляционность суждений – с поспешностью действий, предпринимаемых как раз в те моменты, когда требуется осторожность и осмотрительность.

7. Шизоидный тип. Наиболее существенная черта этого типа – замкнутость. Эти подростки не очень тянутся к сверстникам, предпочитают быть одни, находиться в компании взрослых. Они нередко демонстрируют внешнее безразличие к окружающим людям, отсутствие интереса к ним, плохо понимают состояния других людей, их переживания, не умеют сочувствовать. Их внутренний мир нередко наполнен различными фантазиями, какими-либо особенными увлечениями. Во внешних проявлениях своих чувств они достаточно сдержанны, не всегда понятны для окружающих, прежде всего для своих сверстников, которые их, как правило, не очень любят.

8. Эпилептоидный тип. Эти подростки часто плачут, изводят окружающих, особенно в раннем детстве. Такие дети любят мучить животных, дразнить младших, издеваться над беспомощными. В детских компаниях они ведут себя как диктаторы. Их типичные черты – жестокость, властность, себялюбие. В условиях жесткого дисциплинарного режима они чувствуют себя нередко на высоте, стараются угождать начальству, добиваться определенных преимуществ перед сверстниками, получить власть, установить свой диктат над окружающими.

9. Истероидный тип. Главная черта этого типа – эгоцентризм, жажда постоянного внимания к собственной особе. У подростков данного типа нередко выражена склонность к театральности, позерству, рисовке. Такие дети с большим трудом выносят, когда в их присутствии кто-то хвалит их же товарища, когда другим уделяют больше внимания, чем им самим. Для них насущной потребностью становится стремление привлекать к себе внимание окружающих, выслушивать в свой адрес восторги и похвалы.

10. Неустойчивый тип. Его иногда неверно характеризуют как тип слабовольного, плывущего по течению человека. Подростки данного типа обнаруживают повышенную склонность и тягу к развлечениям, причем без разбора, а также к безделью и праздности. У них отсутствуют какие-либо

серьезные, в том числе профессиональные, интересы, они почти совсем не думают о своем будущем.

11. Конформный тип. Подростки данного типа демонстрируют конформное, а часто просто бездумное подчинение любым авторитетам, большинству в группе. Они обычно склонны к морализаторству и консерватизму, а их главное жизненное кредо – “быть как все”. Это тип приспособленца, который ради своих собственных интересов готов предать товарища, покинуть его в трудную минуту, но, что бы он ни совершил, он всегда найдет “моральное” оправдание своему поступку.

9.5 Темперамент и способности.

Как для темперамента, так и для способностей характерна высокая стабильность. Конечно, в формировании способностей большую роль играют задатки, система воспитания и сенситивный возраст.

Способности проявляются в динамике формирования знаний, умений и навыков в условиях конкретной деятельности.

Б.М. Теплов, признанный авторитет в области исследования проблем способностей, так определил основные их признаки:

1. индивидуально–психологические особенности, отличающие одного человека от другого;
2. не всякие индивидуальные особенности, а лишь такие, которые имеют отношение к успешности выполнения какой–либо конкретной деятельности;
3. способность несводима к психологическим образованиям, т. е. к знаниям, умениям, навыкам.

Исходя из данных признаков, дается следующее определение способностей.

Способности — это индивидуально–психологические особенности, являющиеся условием успешного выполнения той или иной продуктивной деятельности.

Способности делятся на общие, специальные и способности к общению. Под общими способностями понимается система индивидуально–психических свойств, которая обеспечивает продуктивность в овладении знаниями, умениями и навыками для осуществления различных видов деятельности. Основа развития общих способностей заложена в познавательных (психических) процессах.

К специальным способностям относится такая система свойств личности, которая помогает достигнуть высоких результатов в какой–либо специальной области деятельности (музыкальной, сценической, спортивной, математической, полководческой и т. п.).

Способность к общению предполагает развитую степень социально–психологической адаптации, т. е. активное приспособление индивида к условиям новой социальной среды. Проявляется в умении оказывать психологическое воздействие на окружающих, убеждать их и располагать к себе.

Я. Стреляу исследовались взаимосвязи между уровнями интеллектуальных способностей и свойствами темперамента. Исследование дало отрицательный результат. Корреляционных связей между уровнями интеллектуальных способностей и свойствами темперамента не выявлено. Это означает, что среди индивидов с высоким уровнем интеллектуальных способностей можно встретить как сангвиников, так и флегматиков, как холериков, так и меланхоликов, либо различные комбинации этих типов темперамента.

Способности обнаруживаются в процессе овладения деятельностью. Они тесно связаны с общей направленностью личности и склонностями человека к той или иной деятельности.

9.6 Условия и предпосылки формирования способностей.

Будущие поколения должны повышать интеллект, а не только профессиональные навыки (А. А. Баев)

Структура способностей зависит от развития личности. Выделяют два уровня развития способностей: репродуктивный и творческий. Человек, находящийся на первом уровне развития способностей, обнаруживает высокое умение усваивать знания, овладевать деятельностью и осуществлять ее по предложенному образцу. На втором уровне развития способностей человек создает новое, оригинальное.

Нельзя, конечно, метафизически, рассматривать эти уровни. Во-первых, следует иметь в виду, что всякая репродуктивная деятельность включает элементы творчества, а творческая деятельность включает и репродуктивную, без которой она вообще немыслима. Во-вторых, указанные уровни развития способностей не есть что-то данное и неизменное, застывшее. В процессе, овладения знаниями и умениями, в процессе деятельности человек «переходит» с одного уровня на другой, соответственно изменяется и структура его способности. Как известно, даже очень одаренные люди начинали с подражания, а затем только по мере приобретения опыта, проявляли творчество.

Самый высокий уровень развития и проявления способностей обозначается терминами талант и гений. Талантливые и гениальные люди достигают в практике, искусстве, науке новых результатов, имеющих большое общественное значение. Гениальный человек создает нечто оригинальное, открывающие новые пути в области научных исследований, производства, искусства, литературы. Талантливый человек также вносит свое, но в пределах уже определившихся идей, направлений, способов исследования.

Наиболее благоприятные условия для формирования талантливости и гениальности возникают при всестороннем развитии личности. Например, Леонардо да Винчи, Гете, Ломоносов являются образцами многосторонности развития и гениальности в творческой деятельности.

Раздел II. Словарь – справочник

А

АБИОТИЧЕСКИЕ – несовместимый с жизнью, нежизнеспособный.

АБСОЛЮТНАЯ ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ – способность ощущать едва заметные, слабые раздражения.

АБСОЛЮТНЫЙ – ничем не ограниченный.

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

АБУЛИЯ – нарушение воли, частичное или полное отсутствие желания и побуждений к деятельности (анорексия, булемия и т.д.).

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

АВТОРИТАРНЫЙ – властный, диктаторский.

АВТОРИТЕТНЫЙ – уважаемый.

АГГЛЮТИНАЦИЯ – создание новых образов на основе «склеивания», объединения отдельных представлений в единое целое.

АДАПТАЦИЯ (лат. adaptatio – приспособление) – приспособление к внешним условиям, эффективное взаимодействие организма со средой.

АДАПТАЦИЯ (сенсорная) (лат. adaptatio – приспособление) – изменение чувствительности, происходящее вследствие приспособления органа чувств к действующим на него раздражителям. Известно, что в темноте наше зрение обостряется, а при сильной освещенности его чувствительность снижается.

Адаптация существует и в слуховой сфере (изменение слуховых ощущений в условиях тишины и шума), в сфере обоняния (при действии сильных запахов), осязания (при сильном холоде или жаре) и вкуса.

АДЕКВАТНЫЙ (лат. *adaequatus* – приравненный) – соответствующий
АКАДЕМИЧЕСКИЙ ИНТЕЛЛЕКТ – способность к учению в регламентированных условиях (школа, университет). Проявляется в уровне учебной успеваемости. Коррелирует с уровнем развития общего интеллекта.

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

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

АКСЕЛЬРАЦИЯ – ускорение развития организма

АКТИВНОСТЬ – 1) деятельность, состояние живых организмов как условие их существования в мире; 2) степень энергичности воздействия на внешний мир, преодоление препятствий (волевой компонент). Высокая активность у холериков, сангвиников и флегматиков и низкая – у меланхоликов.

АКТУАЛЬНОЕ (лат. *aktualis* – существующий) – психическое явление, существующее в действительности и противопоставляемое потенциальному.

АКЦЕНТИРОВАНИЕ – подчеркивание тех или иных черт, чаще наиболее существенных, типичных признаков образа.

АКЦЕНТУАЦИИ ХАРАКТЕРА – яркая выраженность группы черт характера, не приводящая еще к социальной дезадаптации. Акцентуации накладывают отпечаток на поведение личности, а при неблагоприятных условиях могут переходить в болезни (психопатии). Акцентуации со временем могут исчезнуть, но могут и проявиться вновь. Акцентуации

характера можно расположить на границе между нормой и патологией. Они отличаются от патологии тем, что:

- 1) проявляются не всегда и не везде, а только в трудных ситуациях;
- 2) не нарушают социальной адаптации или нарушение носит временный характер;
- 3) в определенных ситуациях могут даже способствовать адаптации.

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

АЛЛЕГОРИЯ – иносказание.

АМБИ – префикс, означающий двойственность.

АМБИВАЛЕНТНОСТЬ – одновременное переживание противоположных эмоций и чувств (например, радости и горя, смеха и печали).

АМБИВЕРТ – тот, кто достигает равновесия между интроверсией и экстраверсией.

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

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

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

АНАЛИЗАТОР – сложный комплекс анатомических структур. Каждый анализатор состоит из трех частей: 1) периферического отдела, называемого рецептором (рецептор – это воспринимающая часть анализатора, его

основная функция – трансформация внешней энергии в нервный процесс); 2) проводящих нервных путей; 3) корковых отделов анализатора (их еще по-другому называют центральными отделами анализаторов), в которых происходит переработка нервных импульсов, приходящих из периферических отделов. Для возникновения ощущения необходимо задействовать все составные части анализатора.

АНАЛОГИЯ – сходство.

АНКЕТА (фр. *enquete* – список вопросов) – методическое средство для получения первичной информации.

АНКЕТИРОВАНИЕ – исследование с использованием анкет.

АНОРЕКСИЯ невротическая (ан (*a*) – отрицание + греч. *orexís* – желание есть, аппетит) – отсутствие аппетита, подавление желания есть, возникающее при неврозах в связи с перевозбуждением коры головного мозга.

АНТИЦИПАЦИЯ (лат. *anticipatio* – предугадывание событий) – способность предвидеть появление результатов действий до того, как они будут реально осуществлены или восприняты («опережающее отражение»), готовность к предстоящим событиям на основе прежнего жизненного опыта.

АНТОГОНИСТ – враждебный.

АНТРОПОГЕНЕЗ – развитие человека как вида.

АПАТИЯ (греч. *apatheia* – бесстрастие) – психическое состояние, проявляющееся в потере интереса, безразличии к окружающему, падении активности психики.

АПЛОМБ – излишняя самоуверенность

АПЕРЦЕПЦИЯ (от лат. *ad* – при и *perceptio* – восприятие) – зависимость восприятия от предшествующего опыта субъекта, от его общего содержания, направленности личности, от стоящих перед ним задач, мотивов его деятельности, убеждений и интересов, эмоциональных состояний, то есть восприятие не пассивное снятие копий, слепков с действительности, а активный процесс построения психических моделей действительности,

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

АПРОБИРОВАТЬ – проверив, официально одобрить.

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

АТРИБУЦИЯ (от англ. attributo – приписывать, наделять) (см. Каузальная атрибуция) – описание или наделение, особенно приписывание конкретной черты или характеристики человеку.

АТТРАКЦИЯ – процесс формирования привлекательности человека для воспринимающего, результатом чего является формирование межличностных отношений.

АРХЕТИПЫ – наследственно передающиеся первичные идеи (идеи Бога, зла и др.). Архетипы проявляются в сновидениях, встречаются в виде символов в искусстве, литературе, архитектуре, религии и т.д.

АСТЕНИЧЕСКИЕ эмоции – действуют противоположно стеническим. Эмоции, понижающие активность.

АСТЕНИЧЕСКИЙ ХАРАКТЕР – уклонение от любой ответственности, растворение и подчинение собственных потребностей в потребностях других, повышенная эмотивность и др.

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

АУТИЗМ (греч. autos – сам) – психическое состояние рефлексии, внутреннего внимания, отчужденности от людей. Может быть не только

результатом неправильного воспитания или чертой характера – интроверта, но и симптомом заболевания.

АУТИЗМА симптом – утрата больным потребности общаться с окружающими, формирование патологической замкнутости, отгороженности, нелюдимости.

АФФЕКТ (лат. affectus – душевное волнение) – эмоциональное проявление, быстро овладевающее человеком, бурно протекающее, характеризующееся изменением сознания, нарушением волевого контроля. Аффект возникает в экстремальных условиях, когда субъект не находит выхода из возникшей ситуации. В результате аффекта происходит мобилизация всех сил организма. Формы проявления – гнев, восторг, экстаз, ужас, отчаяние или ступор, скованность. Аффект имеет этапы и практически не управляем. Сдерживать аффект возможно лишь на первом этапе, и зависит это от нравственных особенностей личности.

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

АФФЕРЕНТНЫЙ НЕРВНЫЙ ПУТЬ (лат. afferents – приносящий) – пути, передающие нервные возбуждения от периферических нервных окончаний к центральным нейронам коры головного мозга.

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

АЭРГИЧНОСТЬ – слабая выносливость нервной системы.

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

БЕССОЗНАТЕЛЬНОЕ – 1) совокупность психических процессов, актов и состояний, обусловленных явлениями действительности, во влиянии которых субъект не отдает себе отчета; 2) форма психического отражения, в которой образ действительности и отношение к ней субъекта не выступают как предмет специальной рефлексии, составляя нерасчлененное целое.

БИОТИЧЕСКИЙ – важный для жизни, жизнеспособный.

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

БЛАГОДУШИЕ – беспечное и беззаботное эмоциональное состояние с оттенком «полного удовлетворения», без стремления к деятельности

БОДРСТВОВАНИЕ – функциональное состояние, связанное с напряжением физиологических и психических механизмов регуляции деятельности. Это оптимальное рабочее состояние, и человек в этом состоянии действует эффективно. Бодрствование способствует самореализации личности, но далее переходит в утомление.

БРЕД – расстройство, при котором возникают непоколебимые суждения и умозаключения, не соответствующие действительности.

БУЛЕМИЯ – патологическое желание постоянно часто и много есть.

В

ВАЛИДНОСТЬ теста (англ. validate – подтверждать, объявлять действительным) – мера соответствия результатов исследования цели тестирования, объективным внешним критериям. Мерой валидности обычно выступает коэффициент корреляции результатов по тесту с результатами по другим валидным тестам или по профессиональному критерию.

ВЕББЕРА – ФЕХНЕРА ЗАКОН – закон психофизики, утверждающий, что сила ощущения пропорциональна логарифму величины (интенсивности) воздействия на органы чувств раздражителя ($S = k \ln I + C$, где S – интенсивность ощущения, k – коэффициент пропорциональности, зависящий от модальности раздражителя, C – постоянная интегрирования). Главный смысл данной закономерности заключается в том, что интенсивность

ощущений возрастает не пропорционально изменению раздражителей, а гораздо медленнее.

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

ВЕРИФИКАЦИЯ (от лат. *verus* – истинный и *facere* – делать) – точное, экспериментально подтвержденное определение объема конкретного понятия, конкретной категории. Особенностью психологических категорий является то, что многие из них не поддаются точной верификации.

ВЕСТИБУЛЯРНЫЙ АППАРАТ – анализатор, позволяющий оценивать положение в пространстве и изменение направления движения.

ВИНА – эмоция, возникающая при нарушении моральных и эстетических норм. Без принятия общественных норм не возникает. Вина выражает осуждение субъектом своего поступка и себя, снижение самооценки, раскаяние и возможность исправиться. Переживание эмоции вины похоже на переживание стыда.

ВЛЕЧЕНИЕ – наиболее примитивная форма направленности. Это психическое состояние, выражающее недифференцированную, неосознанную или недостаточно осознанную потребность. Влечение – переходящее явление, так как представленная в нем потребность либо угасает, либо осознается и превращается в желание.

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

ВНИМАНИЕ ВНЕШНЕЕ (ЧУВСТВЕННОЕ) – по преимуществу связано с эмоциями и избирательной работой органов чувств.

ВНИМАНИЕ ВНУТРЕННЕЕ (ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЕ) – связано с сосредоточенностью и направленностью мысли.

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

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

ВНИМАНИЕ ОПОСРЕДОВАННОЕ – регулируется с помощью специальных средств, например жестов, слов, указательных знаков, предметов.

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

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

ВНИМАНИЕ ПРОИЗВОЛЬНОЕ – вид внимания, для которого характерно наличие сознательной цели и волевого усилия. Носит активный характер, опосредовано социально выработанными способами поведения и по происхождению связано с трудовой деятельностью. Стимулами являются потребности, мотивы, необходимость и значимость стимулов.

ВНИМАНИЕ: СЛАБОСТЬ РАСПРЕДЕЛЕНИЯ – нарушение при многих психических заболеваниях и состояниях (астения, гиперметаморфоз и др.).

ВНИМАНИЕ СОЦИАЛЬНО ОБУСЛОВЛЕННОЕ – складывается прижизненно в результате обучения и воспитания, связано с волевой

регуляцией поведения, с избирательным, сознательным реагированием на объекты.

ВНИМАНИЯ КОЛЕБАНИЯ – периодическое кратковременное, произвольное ослабление и усиление сосредоточенности. Так, прислушиваясь к слишком слабому, едва слышному тиканью часов, мы то замечаем звук, то перестаем его замечать. Абсолютного внимания не существует. Оно нарушается каждые 8–10 секунд. Колебания внимания легко прослеживаются при восприятии так называемых двойственных изображений. Если в течение нескольких минут смотреть на изображение усеченной пирамиды, она может казаться то обращенной вершиной к нам, как бы выступающей вперед, то обращенной вершиной от нас, как бы уходящей вглубь. Кратко–временные колебания внимания обычно не замечаются и не оказывают существенного влияния на характер и продуктивность деятельности.

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

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

ВНИМАНИЯ ОТВЛЕКАЕМОСТЬ – 1) произвольное перемещение внимания с одного объекта на другой; 2) нарушение внимания, его устойчивости. Характерно быстрое переключение внимания в связи с появлением новых внешних раздражителей или при возникновении случайных ассоциаций. Наблюдается при маниакальных и гипоманиакальных состояниях, а также у людей с поверхностным, легким

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

ВНУШАЕМОСТЬ – предрасположенность личности к внушению, полярное негативизму.

ВОЛЕВАЯ РЕГУЛЯЦИЯ – высший уровень произвольной регуляции. Она характеризуется намерением, целенаправленностью, осознанностью, принятием решений, идущих от субъекта. Волевая регуляция реализуется в условиях преодоления субъективных и объективных трудностей, изменений в мотивационно–побудительной сфере деятельности и нацелена на совершенствование субъектом своего поведения, деятельности и собственной личности.

ВОЛЯ – процесс сознательного регулирования человеком своего поведения и деятельности, выраженный в умении преодолевать внутренние и внешние трудности при совершении целенаправленных действий и поступков.

ВООБРАЖЕНИЕ (ФАНТАЗИЯ) – психический процесс, который заключается в создании новых образов на основе данных прошлого опыта.

ВООБРАЖЕНИЕ АБСТРАКТНОЕ– создание обобщенных, схематических, символических образов. Например, искусство импрессионистов, кубистов и др.

ВООБРАЖЕНИЕ: АГГЛЮТИНАЦИЯ – создание новых образов на основе «склеивания», объединения отдельных представлений в единое целое. Например, русалка, троллейбус, аккордеон и т.п.

ВООБРАЖЕНИЕ АКТИВНОЕ– характеризуется тем, что, пользуясь им, человек по собственному желанию, усилием воли вызывает у себя соответствующие образы.

ВООБРАЖЕНИЕ: АКЦЕНТИРОВАНИЕ – подчеркивание тех или иных черт, чаще наиболее существенных, типичных признаков образа. При помощи этого приема создаются дружеские шаржи и злые карикатуры.

ВООБРАЖЕНИЕ ВОССОЗДАЮЩЕЕ – вид воображения, в ходе которого у человека возникают новые образы на основе описаний, схем, чертежей, мысленных и материальных моделей.

ВООБРАЖЕНИЕ: ГИПЕРБОЛА –увеличение всех особенностей изображаемого персонажа, образа или его частей (великан, трехглавый змей, многорукий будда и пр.).

ВООБРАЖЕНИЕ: КОМБИНИРОВАНИЕ– простое перемещение или перегруппировка элементов, не механическое сочетание сторон разных предметов, а результат сложной аналитико–синтетической деятельности, в процессе которой существенно преобразуются и сами элементы, из которых строится новый образ.

ВООБРАЖЕНИЕ КОНКРЕТНОЕ– создание реальных, конкретных, единичных, натуральных образов. Например, живопись Шишкина, Репина и др.

ВООБРАЖЕНИЯ КРИТИЧНОСТЬ – определяется тем, в какой степени фантастические образы, создаваемые человеком, сближаются с реальной действительностью.

ВООБРАЖЕНИЕ: ЛИТОЛА – преуменьшение особенностей персонажа, образа или его частей (дюймовочка, мальчик с пальчик, одноглазый циклоп и пр.).

ВООБРАЖЕНИЕ ПАССИВНОЕ – протекает у человека спонтанно, без заранее поставленной цели, помимо его воли и желания.

ВООБРАЖЕНИЕ ПРОДУКТИВНОЕ–вид воображения, в котором действительность сознательно конструируется человеком, а не просто механически копируется или воссоздается.

ВООБРАЖЕНИЕ РЕАЛИСТИЧЕСКОЕ– вид воображения, в котором наиболее полно и глубоко отражает действительность, предвосхищает

развитие событий и в максимальной степени воплощает в себе основные, функциональные его возможности.

ВООБРАЖЕНИЯ СИЛА – характеризуется степенью яркости возникающих образов.

ВООБРАЖЕНИЯ СХЕМАТИЗАЦИЯ – наиболее существенный способ переработки представлений в образы воображения, идущий по пути обобщения существенных признаков. При схематизации отдельные представления сливаются, различия сглаживаются, а черты сходства четко выступают.

ВООБРАЖЕНИЕ ТВОРЧЕСКОЕ – вид воображения, в ходе которого человек самостоятельно создает новые образы и идеи. Т.В. Создает несуществующие объекты, мало вероятные или невероятные.

ВООБРАЖЕНИЕ ФАНТАСТИЧЕСКОЕ– значительно «отлетает» от действительности, создает неправдоподобные образы, элементы которых в жизни несовместимы.

ВООБРАЖЕНИЯ ТИПИЗАЦИЯ – синтез отдельных представлений. Для нее характерно выделение существенного, повторяющегося в однородных фактах и воплощение их в конкретном образе.

ВООБРАЖЕНИЯ ШИРОТА – определяется количеством образов, которые способен создать человек.

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

ВОСПРИЯТИЕ ВКУСОВОЕ – восприятие на основе вкусовой чувствительности.

ВОСПРИЯТИЕ ВРЕМЕНИ– отражение длительности, скорости и последовательности явлений действительности. В основе восприятия времени лежит ритмическая смена возбуждения и торможения в больших полушариях головного мозга. В восприятии времени участвуют различные анализаторы, наиболее важными являются слуховые и кинестезические. Восприятие продолжительности событий в значительной мере определяется характером переживаний и эмоциональным состоянием субъекта. Восприятие времени зависит также от характера деятельности, которую человек в данный момент выполняет, мотивации, установок и ожиданий приятных или неприятных событий.

МЕХАНИЗМ восприятия человеком времени часто связывают с биологическими часами– определенной последовательностью и ритмикой биологических обменных процессов, происходящих в его организме. В качестве биологических часов называют ритм сердечной деятельности и метаболизм (обменные процессы) тела.

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

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

НАПРАВЛЕННОСТЬ движения может оцениваться по направлению перемещения отражаемого объекта на поверхности сетчатки, а также отмечаться последовательностью сокращения–расслабления определенной группы мышц глаза, головы, туловища при выполнении прослеживающих

движений за объектом. Связь восприятия движения и его направления с перемещением изображения на сетчатке доказывается существованием иллюзии движения и автокинетического эффекта.

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

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

ВОСПРИЯТИЕ ОБОНЯТЕЛЬНОЕ – восприятие на основе обонятельной чувствительности.

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

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

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

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

Восприятие размера предметов определяется величиной их изображения на сетчатке глаза и удаленностью от глаз наблюдателя. Приспособление глаза к четкому видению различно удаленных предметов осуществляется с помощью двух механизмов: аккомодации и конвергенции. При восприятии близко расположенных предметов происходит мышечное сокращение, в результате чего уменьшается степень натяжения хрусталика и его форма становится более выпуклой (аккомодация). Конкретное состояние аккомодации вызывает и определенную степень сведение зрительных осей (конвергенции), и, наоборот, тому или иному сведению зрительных осей соответствует определенная степень аккомодации. Взаимодействие величины изображения предмета на сетчатке и напряжения глазных мышц в результате аккомодации и конвергенции и является условно–рефлекторным сигналом размера воспринимаемого объекта. Однако полностью объяснить восприятие расстояния до объекта с помощью этих процессов невозможно.

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

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

ВОСПРИЯТИЕ СИМУЛЬТАННОЕ– развернутое в пространстве, одномоментное, обобщенное, целостное.

ВОСПРИЯТИЕ СУКЦЕССИВНОЕ – развернутое во времени, поэтапное наблюдение.

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

ВОСПРИЯТИЕ ЧЕЛОВЕКА ЧЕЛОВЕКОМ – процесс психологического познания людьми друг друга в условиях непосредственного общения. Специфика по сравнению с восприятием

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

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

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

ВОСПРИЯТИЯ КОНСТАНТНОСТЬ (от лат. constants – постоянный) – свойство восприятия воспроизводить предмет относительно постоянным образом при изменении условий его восприятия (освещенности, удаленности, угла зрения, формы, величины и т.п.). Мы удаляемся от предметов или приближаемся к ним – они в нашем восприятии не изменяются в размерах.

Константность восприятия – это во многом проявление прошлого опыта. Человек, живший долгое время в лесу, воспринял в степи далеко идущих людей как карликов (исследования А.Р. Лурия).

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

ВОСПРИЯТИЯ ОСМЫСЛЕННОСТЬ (категориальность) – осмыслить восприятие – значит осознать предмет, который оно отображает, выявить предметное значение его сенсорных данных. В процессе осмысления чувственное содержание восприятия подвергается анализу и синтезу, сравнению, отвлечению различных сторон, обобщению. Осмысление предмета завершается называнием его словом – понятием, то есть отнесением к определенной группе, классу предметов. Осмысленная информация опознается существенно быстрее и точнее при зрительном предъявлении. Так, несколько бесформенных пятен сразу опознаются как фигура, стоит лишь ее назвать. Единство и взаимопроникновение чувственного и логического составляют существенную черту человеческого восприятия.

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

обеспечивающих контакт ребенка с предметом (И.М. Сеченов). Предметность проявляется в выделении воспринимаемого предмета из фона.

ВОСПРИЯТИЯ СТРУКТУРНОСТЬ – расчлененность и специфическая взаимосвязь частей воспринимаемого предмета (его структура). Человек воспринимает абстрагированную из ощущений обобщенную структуру. Так, мелодия, сыгранная на разных инструментах, воспринимается как одна и та же. Структурность восприятия проявляется в двойственных изображениях. В них фигура и фон могут меняться местами, происходит переструктурирование.

ВОСПРИЯТИЯ ЦЕЛОСТНОСТЬ – особенность восприятия, заключающаяся в отражении объектов в совокупности их свойств. Это некоторое целое, в котором каждая часть зависит от окружения. В процессе восприятия образ воспринимаемого предмета может быть полностью не дан в готовом виде (например, тыльная часть вещи), а как бы мысленно достраивается до некоторой целостной формы. Нос воспринимается длинным или коротким лишь в составе лица.

Целостность восприятия проявляется также в зрительных иллюзиях (иллюзия стрелы и др.) – Образ восприятия имеет высокую избыточность – некоторые компоненты образа содержат информацию не только о себе, но и о других компонентах и об образе в целом. Поэтому качество восприятия зависит от предвосхищения актуально не воспринимаемых частей объекта. Отечественная психология рассматривает целостность восприятия как отражение целостности, объективно присущей воспринимаемому, а не как изначальное свойство восприятия в гештальтпсихологии. Целостность не изначально заданное свойство, она формируется в предметной деятельности человека.

ВОСПРОИЗВЕДЕНИЕ – процесс извлечения информации, хранящейся в памяти. В процессе воспроизведения происходит восстановление первоначальной информации, основанное только на частичном припоминании основного материала, путем реконструкции прошлого опыта.

Для извлечения информации из кратковременной памяти мозг перебирает всю кратковременную память, пока не найдется нужная. Это происходит доли секунды. Для извлечения информации из долговременной памяти необходимо найти «ключ» к кодированию (песня, запись, место и т.д.).

Извлечение информации может быть на разных уровнях:

- узнавание (при повторном восприятии). Знакомые объекты узнаются быстрее;
- воспоминание (при отсутствии объекта);
- припоминание (активная форма воспроизведения, требующая усилий).

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

ВОСХИЩЕНИЕ – высшее удовлетворение, восторг.

ВПЕЧАТЛИТЕЛЬНОСТЬ – свойство личности, выражающейся в доминировании впечатлений (в частности, межличностных отношений) над познавательной функцией восприятий мира.

ВЫДЕРЖКА (самообладание) – умение сдерживать свои чувства, когда это требуется, в недопущении импульсивных и необдуманных действий, в умении владеть собой и заставлять себя выполнять задуманное действие, а также воздерживаться от того, что хочется делать, но что представляется неразумным или неправильным.

ВЫСШИЕ ПСИХИЧЕСКИЕ ФУНКЦИИ (ВПФ) – преобразованные под влиянием жизни в обществе, обучения и воспитания психические

процессы человека. Понятие введено Л.С. Выготским в рамках культурно–исторической теории развития.

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

Г

ГАЛЛЮЦИНАЦИИ (лат. *hallucinatio* – бред, видения)– расстройства восприятия, при которых кажущиеся образы возникают без реальных объектов, что, однако, не исключает возможности произвольного, опосредованного отражения в галлюцинации прежнего жизненного опыта больного. Галлюцинации считаются классическими показателями психического расстройства.

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

ГЕНИАЛЬНОСТЬ – высшая степень творческих проявлений личности, делающая ее выдающейся в соответствующей области или сфере деятельности. Гений создает новые оригинальные пути в разных областях знания и с высоким уровнем предвидения (Леонардо да Винчи, Циолковский, А.С. Пушкин). Гениальность является общественной оценкой достижений личности.

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

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

ГЕЦТАЛЬТА ЗАКОНЫ – гештальтпсихологи обнаружили факторы (законы гештальта), влияющие на перцептивную организацию зрительного

поля, законы, по которым отдельные элементы объединяются в единое целое (фигуру) и фигура выделяется из фона. К этим законам относят:

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

2) закон близости: чем ближе (при прочих равных условиях) объекты друг к другу в зрительном поле, тем с большей вероятностью они организуются в единые, целостные образы (фигуры). Пары отрезков по этой причине легко организуются так, что две соседние воспринимаются как целое, при этом почти невозможно воспринять как целое линии, разделенные большим промежутком;

3) закон продолжения: чем больше элементы в зрительном поле оказываются в местах, соответствующих продолжению закономерной последовательности, то есть функционируют как части знакомых контуров, тем с большей вероятностью они организуются в целостные образы;

4) закон «хорошей линии»: фактор определяет избирательность восприятия двух или более пересекающихся или касающихся линий. Воспринимается прежде «хорошая линия» (которую нельзя упростить путем изменения восприятия). В данном случае прежде воспринимается прямая линия;

5) закон замкнутости: чем в большей степени элементы зрительного поля образуют замкнутые целые, тем с большей готовностью они будут организовываться в отдельные образы. Такие замкнутые контуры обладают сильным приоритетом в зрительной организации;

6) установка наблюдателя. Если человеку предъявлять изображение, которое с равным успехом может быть принято как число 13

или как буква «В», то, если этот знак предъявляется в ряду чисел, воспринимается как 13, а если – в ряду букв, то как «В».

7) прошлый опыт. Человек предпочитает воспринимать то, что уже ранее воспринимал. Так, хорошо понятная фраза, написанная

без пробелов, воспринимается в ее истинном смысле (например, собакаестмясо или кошкаловитмышей), так как легко распадается на знакомые слова. Если то же сделать на незнакомом языке, то, естественно, такой организации не произойдет.

8) внутренняя сопринадлежность частей внутри единой формы.

ГЕШТАЛЬТ (нем. *gestalt* – целостная форма, образ, структура).

ГЕШТАЛЬТПСИХОЛОГИЯ – одна из школ современной зарубежной психологии, использующая для объяснения сложных психических явлений принцип их целостности («гештальты»). Это направление, возникшее в Германии в 1-й четверти XX в., выдвинуло в качестве основного объяснительного принципа психологии целостное объединение элементов психической жизни, не сводимое к сумме составляющих его частей. Представители: М. Вертгеймер, К. Коффка, В. Келер, К. Левин и др. Выдвигая на первый план целостный характер восприятия, гештальтпсихологи ввели ряд новых понятий (фигура, фон и др.) и законов. Ими открыто более 100 законов гештальта.

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

ГИПЕРБОЛА – увеличение всех особенностей изображаемого персонажа.

ГИПЕРБУЛИЯ – нарушение поведения в виде двигательной расторможенности (возбуждения) (импульсивные, стереотипичные действия и др.).

ГЛУБИНА мысли – способность анализировать, сравнивать, находить существенное.

ГНЕВ – эмоциональное переживание, отрицательное по знаку, как правило, протекающее в форме аффекта и вызываемое внезапным возникновением серьезного препятствия на пути удовлетворения

исключительно важной для субъекта потребности (боль, ограничение свободы, физические воздействия и т.д.).

Проявляется: на лице вздуваются вены, рот сжат, губы дрожат, сжаты кулаки и т.д.

Гнев обеспечивает мобилизацию всех сил организма для борьбы. У взрослых гнев – редкая эмоция, так как противоречит общественным нормам.

ГНОСЕОЛОГИЯ – философская теория познания.

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

ГРЕЗЫ – фантазии, мечты человека, рисуемые в его воображении приятные, желаемые картины будущей жизни..

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

ГУМАНИСТИЧЕСКИЙ – относящийся к человеку.

ГУМАНИТАРНЫЙ – обращенный к человеку.

Д

ДЕДУКТИВНОЕ РАССУЖДЕНИЕ (дедукция) – распространение общего положения на частные случаи,

ДЕЗАДАПТАЦИЯ – процесс, который приводит к нарушению взаимодействия со средой.

ДЕЙСТВИЕ – относительно завершённый элемент деятельности, направленный на достижение определенной промежуточной сознательной

цели. Действие может быть как внешним, выполняемым в развернутой форме с участием двигательного аппарата и органов чувств, так и внутренним, выполняемым в уме.

ДЕЙСТВИЯ ВОЛЕВЫЕ – действия, характеризующиеся следующими особенностями: а) имеющие целенаправленный характер; б) поставленная цель осознается (отражается во второй сигнальной системе, то есть обозначается конкретными словами); в) на пути к цели преодолеваются внешние (внутренние) трудности.

ДЕЙСТВИЯ ИМПУЛЬСИВНЫЕ– действия, «запущенные» стимулом, совершаемые мгновенно, без обдумывания, они кратковременны и нередко не мотивированы.

ДЕЙСТВИЯ ИМПУЛЬСИВНЫЕ– поступки, совершаемые произвольно и недостаточно контролируемые сознанием.

ДЕЙСТВИЯ КОНТРОЛЬНЫЕ – действия сличения с образцом.

ДЕЙСТВИЯ МНЕМИЧЕСКИЕ – действия запоминания, удерживания и припоминания какого–либо материала.

ДЕЙСТВИЯ НЕПРОИЗВОЛЬНЫЕ – действия, совершаемые без постановки цели, неосознаваемые, совершаемые под воздействием восприятия.

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

ДЕЙСТВИЯ ПРОИЗВОЛЬНЫЕ– действия, совершаемые с постановкой цели, свободно выбранные, осознанные и мотивированные.

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

ДЕМЕНЦИЯ – психопатологический синдром, включающий снижение интеллекта в силу нарушения высших корковых функций, памяти, внимания,

мышления и проявляющийся в нарушениях ориентировки, способности к обучению.

ДЕПЕРСОНАЛИЗАЦИЯ – характеристика чувства потери себя или личностной идентификации, ощущение, что человек является ни чем иным, как простым винтиком в безликой социальной машине.

ДЕТЕРМИНАЦИЯ – генетическая связь явлений (В.Н. Дружинин).

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ – 1) внешняя и внутренняя активность человека, регулируемая сознательной целью; 2) специфически человеческая, регулируемая сознанием активность, порождаемая потребностями и направленная на познание и преобразование внешнего мира и самого человека.

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ВЕДУЩАЯ – деятельность, выполнение которой определяет возникновение и формирование основных психологи–ческих новообразований человека на данной ступени развития его личности. В онтогенезе выделяют виды: 1) непосредственное общение младенца со взрослыми; 2) предметно–манипулятивная деятельность в раннем детстве; 3) сюжетно–ролевая игра у дошкольников; 4) учебная деятельность младших школьников; 5) общественно полезная деятельность подростков; 6) профессионально–учебная деятельность в ранней юности; 7) трудовая деятельность в период взрослости (зрелости).

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ГРУППОВАЯ – совместная деятельность группы людей.

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ИНДИВИДУАЛЬНАЯ – деятельность отдельного индивида.

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ТВОРЧЕСКАЯ – деятельность человека или коллектива людей по созданию новых оригинальных общественно значимых ценностей.

ДИСКРЕТНЫЙ – разделенный, состоящий из отдельных частей.

ДИСКУССИЯ–спор.

ДИСМОРФОБИЯ (дис + греч. morphe – форма, phobos – страх) – представление о мнимом внешнем уродстве, страх телесных изменений. Дистморфобия может носить характер навязчивых, «сверхценных» и бредовых идей.

ДИСПОЗИЦИЯ (англ. disposition –предрасположенность).

ДИССОНАНС КОГНИТИВНЫЙ – эмоциональное состояние, когда у человека одновременно имеются некоторые установки или знания, не согласующиеся между собой, или когда возникает конфликт между убеждениями или внешним поведением.

ДИСЦИПЛИНИРОВАННОСТЬ– сознательное подчинение своего поведения общественным нормам, установленному порядку.

ДИФФЕРЕНЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ – раздел психологической науки, изучающий индивидуально–психологические различия между людьми.

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

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

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

ЕСТЕСТВЕННЫЙ ЭКСПЕРИМЕНТ – понятие и термин, введенные А.Ф. Лазурским: психологический эксперимент, включенный незаметно для исследуемого в его игровую, трудовую или учебную деятельность.

Ж

ЖЕЛАНИЕ – осознанная потребность и влечение к чему–либо вполне определенному. Эта форма направленности характеризуется осознанием не только своей потребности, но и возможных путей ее удовлетворения.

3

ЗАБЫВАНИЕ – процесс, заключающийся в невозможности воспроизведения ранее запечатленной информации. Этот процесс выполняет защитную функцию, дает памяти отдых. Забывание происходит по «закону гиперболы» (Г. Эббингауз): чем больше времени с начала запоминания, тем меньше забывается. Забывается обычно то, что не нужно, не значимо, и часть нужной информации.

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

ЗАДАЧА – знаковая модель какой–то прошлой проблемной ситуации. Если в этой ситуации выделить условия и искомые, то она превращается в задачу'.

ЗАДАЧА УЧЕБНАЯ – задача, специально подобранная или сконструированная для целей обучения.

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

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

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

ЗАЩИТА ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ – механизм противостояния тревоге. Специальная регулятивная система стабилизации личности, направленная на устранение или сведение до минимума чувства тревоги, связанного с осознанием какого-либо конфликта. З. Фрейд выделил несколько таких защит.

Уход– физическое или мысленное бегство от слишком трудной ситуации.

Идентификация – процесс присвоения установок и взглядов других людей. Человек перенимает установки могущественных в его глазах людей и, становясь похожим на них, меньше чувствует свою беспомощность, что приводит к снижению тревоги.

Проекция – приписывание своих собственных асоциальных мыслей и поступков кому-то другому.

Смещение– подмена реального источника гнева или страха кем-то или чем-то (вымещение зла на объекте, не имеющем отношения к ситуации, вызвавшей гнев).

Отрицание– отказ признать, что какая–то ситуация или события имеют место. Например, мать отказывается верить, что ее сын погиб.

Вытеснение– крайняя форма отрицания, бессознательный акт стирания в памяти пугающего или неприятного события, вызывающего тревогу, отрицательные переживания.

Регрессия – возвращение к более онтогенетически ранним, примитивным формам реагирования на эмоциогенную ситуацию.

Реактивное образование– поведение, противоположное имеющимся мыслям и желаниям, вызывающим тревогу, с целью их маскировки. Например, чтобы скрыть свою влюбленность, подросток будет проявлять агрессию к объекту обожания.

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

ЗНАКОВАЯ СИСТЕМА – набор знаков, объединенных общими правилами их взаимосвязи и практического использования.

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

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

И

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

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

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

ИД (оно) – главная составляющая структуры личности в психоанализе, состоящая из совокупности бессознательных (сексуальных и агрессивных) побуждений; ид функционирует в соответствии с принципом удовольствия.

ИДЕАЛ – представление о достойном подражания образцовом человеке, особенностях его личности, поведения и отношениях с людьми.

ИДЕНТИЧНОСТЬ – внутренняя непрерывность и тождественность личности (Э. Эриксон). Обладать идентичностью – значит, во-первых, ощущать себя, свое бытие как личности неизменным, независимо от изменения ситуации, роли, самовосприятия; во-вторых, это значит, что прошлое, настоящее и будущее переживаются как единое целое; в-третьих, это означает, что человек ощущает связь между собственной непрерывностью и признанием этой непрерывности другими людьми.

ИДЕНТИФИКАЦИЯ – мысленное уподобление себя другому.

ИДЕАЛ – образ цели склонности индивида, образец, к которому он стремится, на который ориентируется.

ИДЕНТИФИКАЦИЯ – важнейший механизм социализации, проявляющийся в принятии индивидом социальной роли при вхождении в группу, в осознании им групповой принадлежности, формировании социальных установок и пр.

ИДИОГРАФИЧЕСКИЙ ПОДХОД– исследовательский подход, ориентированный на описание уникальных, единичных объектов.

ИЕРАРХИЯ – порядок расположения от низшего к высшему или от высшего к низшему.

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

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

- 1) связанные с особенностями строения глаза. Так, белые предметы кажутся больше;
- 2) переоценка вертикальных линий по сравнению с горизонтальными при их действительном равенстве;
- 3) иллюзии, обусловленные контрастом. Воспринимаемая величина фигуры зависима от окружения. Кружок кажется большим среди маленьких и меньшим среди больших кружков;
- 4) перенесение свойств целой фигуры на ее отдельные части (иллюзия Мюллера–Лайэра) и др.;
- 5) искажение направления линий под влиянием других линий фона.

К другому виду иллюзий восприятия относятся иллюзии видимого движения:

1) движение автокинетическое – хаотическое перемещение объективно неподвижного источника света, наблюдаемого в полной темноте;

2) движение стробоскопическое – впечатление движения объекта при быстром последовательном предъявлении двух неподвижных стимулов в близком соседстве (киноизображение);

3) движение индуцированное – кажущееся движение неподвижного объекта в сторону, противоположную движению окружающего фона.

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

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

ИМАЖИНИЗМ – направление в русской литературе начала XX в., утверждавшее, что цель творчества состоит в создании самоценных словесных образов.

ИМАЖИТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ (фр. *imago* – образ) – деятельность воображения в процессе творчества.

ИМПРЕССИЯ – проявление эмоций во внутреннем плане (учащение дыхания и сердцебиения, повышение давления и пр.).

ИНДИВИД – отдельное живое существо, представитель биологического вида. Человек рождается индивидом, а затем становится личностью благодаря вхождению каждого конкретного индивида в общественные отношения и «интериоризации» этих отношений. Процесс превращения индивида в личность называется персонализацией.

ИНДИВИДУАЛЬНОСТЬ (от лат. *individuum* – неделимое) – системная организация человека как интегральная целостность, включающая различные уровни его психической организации. Индивидуальность – это те индивидуальные и личностные свойства человека, такое их сочетание,

которое данного человека отличает от других людей, личность в ее своеобразии.

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

ИНИЦИАТИВНОСТЬ – способность предпринимать попытки к реализации возникших у человека идей.

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

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

ИНСТРУМЕНТАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ – относящиеся к способам действия.

ИНТЕЛЛЕКТ (лат. intellectus) –1) в широком смысле– глобальная, интегральная, биопсихическая особенность человека, характеризующая его возможности адаптации (Штерн, Пиаже). Это способность решать новые мыслительные задачи без проб и переносить найденные способы на другие ситуации; 2) в узком смысле – общее название познавательных способностей. Интеллект включает мышление, скорость восприятия, объем памяти, время удержания информации и т.п. Однако интеллект нельзя считать лишь простой суммой, этих познавательных процессов, ими он не исчерпывается, так же как интеллектуальная деятельность не может быть заменена мышлением.

ИНТЕЛЛЕКТ АКАДЕМИЧЕСКИЙ – способность к учению в регламентированных условиях (школа, университет). Проявляется в уровне учебной успеваемости. Коррелирует с уровнем развития общего интеллекта.

ИНТЕЛЛЕКТ БИОЛОГИЧЕСКИЙ – врожденная составляющая общего интеллекта. В основе лежат особенности биохимических, нейро–

психологических процессов переработки информации центральной нервной системой.

ИНТЕЛЛЕКТ ВЕРБАЛЬНЫЙ – способность к словесному анализу и синтезу, к решению вербальных задач. Выделяется как относительно самостоятельная составляющая структуры интеллекта в ряде моделей. Вербальный интеллект включает запас слов, эрудицию, умение понимать прочитанное.

ИНТЕЛЛЕКТ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ (связанный) – система интеллектуальных навыков, зависящая от приобретенного опыта (Р. Кэттелл).

ИНТЕЛЛЕКТ ОБЩИЙ (генеральный фактор) – умственная способность, влияющая на выполнение любой деятельности. Эта способность проявляется в качестве, скорости и точности решения мыслительных задач, в темпе и успешности обучения, продуктивности профессиональной деятельности и уровне социальной адаптированности. Концепция общего интеллекта принадлежит Ч. Спирмену.

ИНТЕЛЛЕКТ ПРАКТИЧЕСКИЙ – способность манипулировать объектами, умение адаптироваться в окружающей обстановке (адекватное восприятие и понимание происходящих событий, адекватная самооценка, способность рационально действовать в новой обстановке).

ИНТЕЛЛЕКТ ПРОСТРАНСТВЕННЫЙ – способность оперировать мысленными пространственными образами, схемами, моделями реальности. Включает два фактора: 1) скорость и точность распознавания двухмерных объектов; 2) мысленное вращение и преобразование образов в трехмерном пространстве.

ИНТЕЛЛЕКТ РАССУДОЧНЫЙ – способность ориентироваться в знакомой ситуации. Это процесс познания реальности и способ деятельности, основанный на использовании формализованных знаний, трактовки мотивов деятельности участников коммуникации.

ИНТЕЛЛЕКТ СЕНСОМОТОРНЫЙ – тип мышления, характеризующий доречевой период жизни ребенка (Ж. Пиаже).

ИНТЕЛЛЕКТ СОЦИАЛЬНЫЙ – способность, определяющая успешность оценки, прогнозирования и понимания поведения людей. Термин предложен Дж. Гилфордом.

ИНТЕЛЛЕКТ ФЛЮИДНЫЙ (свободный, текучий) – врожденная интеллектуальная способность приспосабливаться к новым ситуациям, овладевать новыми знаниями. Характеризуется гибкостью и скоростью мышления, входит в состав общего интеллекта. Уровень снижается в процессе старения. Термин предложен Р.Б. Кэттеллом.

ИНТЕЛЛЕКТ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ – способность воспринимать, выражать и понимать эмоции других людей.

ИНТЕЛЛЕКТА МОДЕЛЬ (Дж. Гилфорда) – многомерное явление, некоторое свойство, которое можно оценивать по трем измерениям:

характеру, продукту и содержанию. Модель включает 120 различных интеллектуальных процессов, частных способностей. Они, в свою очередь, сводятся к 15 факторам: 5 операций. 4 вида содержания и 6 типов продуктов мыслительной деятельности. К операциям относятся познание, память, оценивание, дивергентное и конвергентное мышление.

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

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

ИНТЕРАКЦИЯ – акт между кем–то.

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

ИНТЕРЕС – 1) эмоциональная реакция на новое, источник мотивов, научения и творчества. Интерес выражается в мимических движениях – приподнятыми или слегка сведенными бровями, перемещением взгляда по направлению к объекту, слегка приоткрытым ртом или поджатием губ; 2) специфическая форма проявления познавательной потребности, которая обеспечивает направленность личности на осознание целей деятельности и тем самым способствует ориентировке личности в окружающей действительности. Интерес включает эмоциональный, интеллектуальный и поведенческий компоненты.

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

ИНТЕРПСИХИЧЕСКАЯ ФУНКЦИЯ – возникшая во взаимодействии ребенка с другими людьми.

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ – толкование.

ИНТЕРФЕРЕНЦИЯ – в переводе со старофранцузского означает – мешать друг другу.

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

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

ИНТРАПСИХИЧЕСКАЯ ФУНКЦИЯ – внутренняя, перешедшая во внутренний.

ИНТРОВЕРСИЯ – ориентация на внутренний мир, на собственные переживания.

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

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

ИНТУИТИВНЫЙ ТИП – характеризуется преобладанием эмоций над логикой и доминированием правого полушария головного мозга над левым.

ИРРАЦИОНАЛЬНЫЙ (от лат. *irrationalis* – неразумный, бессознательный) – находящийся за пределами разума, несовместимое с рациональным мышлением, неподдающееся логическому объяснению, пониманию.

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

К

КАТАРСИС (англ. *cathexis* – энергия, затраченная на представление понятий, идей, образов, символов). Первоначально понятие катарсис относилось к состоянию эмоционального потрясения, внутреннего очищения, которое вызывалось у зрителей античных трагедий в результате переживания за судьбу героя, которая, как правило, завершалась смертью. Катарсис – соприкосновение со страданиями людей, сопереживание трагедии.

КАТЕГОРИЯ (от греч. *kategoria*– высказывание, суждение)– предельно широкое понятие, в котором отражены наиболее общие и существенные свойства, признаки, связи и отношения предметов, явлений действительности и познания. Категориями психологии, например, являются психика, сознание, деятельность, личность, коллектив; мышление, эмоции, чувства, воля и др.

КАУЗАЛЬНАЯ (ЫЙ) (от лат. *causa* – причина) – причинная.

КАУЗАЛЬНАЯ АТТРИБУЦИЯ (от лат. *causa* – причина и англ. *attributo*– приписывать, наделять) – интерпретация субъектом своего восприятия,

причин и мотивов поведения других людей, полученная не на основе непосредственного наблюдения, анализа результатов деятельности и т.д., а путем приписывания личности, группе людей свойств, характеристик, которые не попали в поле восприятия и как бы домысливаются им.

КИНЕСТЕТИЧЕСКИЕ ощущения (греч. kinesis – движение, aesthesis – ощущение, чувство) – Сражение положения и перемещения в пространстве тела или его частей, направления и объема движений в различных положениях, сопротивления и тяжести предметов окружающей обстановки. Осуществляется через импульсы, поступающие от проприоцепторов, находящихся в мышцах, сухожилиях, связках, суставах. Играет важную роль в сохранении телом равновесия в различных положениях.

КОГНИТИВНЫЙ (англ. cognitio – знание) – познавательный.

КОГНИТИВНЫЙ ДИССОНАНС – некоторое противоречие между двумя или более когнициями.

КОГНИТИВНЫЙ КОНСОНАНС – соответствие между когнициями.

КОГНИЦИЯ –любое знание, мнение или убеждение, касающееся среды, себя или собственного поведения.

КОГНИТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ (лат. cognition – знание) – психология знания, изучает познавательные процессы. Поведение объясняется знанием схем действия.

КОЛЛЕКТИВНОЕ БЕССОЗНАТЕЛЬНОЕ – совокупность всех врожденных архетипов.

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

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

КОНКРЕТИЗАЦИЯ – мыслительная операция, противоположная абстракции. Это представление чего-либо единичного, что соответствует тому или иному понятию или общему положению. Например, конкретизировать понятие «психика» – значит назвать конкретный пример

психики, положим – мышление, или способности, или мотивы и т.д. Мышление функционирует и фиксируется в различных формах; предметно–действенной, наглядно–образной и словесно–логической. Словесно–логическое мышление, в свою очередь, выражается в понятиях, суждениях и умозаклучениях.

КОНСОНАНС – противоположно диссонансу; согласованность знаний, убеждений, поведения.

КОНСТРУКТ (англ. construct – строить) – своеобразный классификатор – шаблон нашего восприятия других людей и себя.

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

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

КОНФОРМНОСТЬ (от поздн. лат. conformis – подобный, сообразный) – соглашательство, приспособленчество, пассивное принятие окружающей среды, существующего порядка, господствующих мнений, отсутствие собственной позиции и слепое подражание любому образу, обладающему наибольшей силой давления, психического принуждения.

КОРРЕЛЯЦИОННЫЙ АНАЛИЗ (лат. correlation – соотношение) – статистический метод оценки меры, формы и характера связи исследуемых свойств или признаков.

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

КРЕАТИВНОСТЬ (от англ. to create – творить, создавать) – творчество. Креативность отлична от интеллекта и является сложным интегральным явлением (А.М. Матюшкин, Я.П. Пономарев). Один из первых

исследователей творческого мышления (креативности) Дж. Гилфорд выделил четыре его особенности:

- 1) оригинальность, необычность идей;
- 2) семантическая гибкость – способность видеть объект под разными углами зрения;
- 3) образная гибкость – способность изменять восприятие объекта, чтобы увидеть скрытые его стороны;
- 4) способность использовать разные идеи в неопределенной ситуации.

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

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

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

КРИТИЧНОСТЬ МЫШЛЕНИЯ – объективная оценка других и себя.

Л

ЛАБИЛЬНОСТЬ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ – изменчивость, адаптивность, неустойчивость.

ЛАБИЛЬНОСТЬ (лат. *labilis* – подвижный, нестойкий) – нестабильность функционирования, непостоянство, значительные колебания в амплитуде тех или иных проявлений.

ЛАБИРИНТ – сложный путь

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

ЛЕКСИКОН – запас слов.

ЛИБИДО – общая биологическая энергия.

ЛИНГВИСТИКА – наука о языке (языкознание).

ЛИТОЛА – преуменьшение особенностей персонажа.

ЛИЧНОСТИ РАЗВИТИЕ – процесс последовательного развертывания свойств, качеств и характеристик, присущих человеку как индивиду и как члену общества, проявляющихся в его деятельности, общении и взаимодействии с другими людьми. Развитие личности включает этапы: формирование, стабилизация, возрастные изменения, преобразование. Особую роль в развитии личности играет воспитание как целенаправленное и организованное воздействие субъекта воспитательной деятельности (социальных институтов или уполномоченных ими отдельных лиц) на объект воспитания с целью формирования определенного типа личности, соответствующего социальному заказу общества на данном историческом этапе его развития.

ЛИЧНОСТИ СТРУКТУРА – совокупность устойчивых связей между отдельными чертами, обеспечивающая ее целостность. В деятельностном подходе наиболее популярна четырехкомпонентная структура (модель) личности. Она включает: направленность, способности, характер и самоконтроль (саморегуляцию).

ЛИЧНОСТИ ЧЕРТА – предрасположенность человека вести себя сходным образом в разное время и в разных ситуациях.

ЛИЧНОСТНЫЙ ПОДХОД – принцип психологии, индивидуальный подход к человеку как личности с пониманием ее как отражающей системы, определяющей все другие психические явления.

ЛИЧНОСТНЫЙ СМЫСЛ – субъективное отношение личности к явлениям объективной действительности.

ЛИЧНОСТЬ – 1) человек как субъект социальных отношений и сознательной деятельности; 2) системное качество индивида, определяемое

включенностью в социальные связи, которое формируется в совместной деятельности и общении.

ЛИЧНОСТЬ КОГНИТИВНО ПРОСТАЯ –личность с небольшим набором конструктов.

ЛИЧНОСТЬ КОГНИТИВНО СЛОЖНАЯ – личность с большим количеством конструктов. Когнитивно сложная личность по сравнению с когнитивно простой отличается тем, что имеет лучшее психическое здоровье, лучше справляется со стрессом, имеет более высокий уровень самооценки, более адаптивна к новым ситуациям.

ЛИЧНОСТИ НАПРАВЛЕННОСТЬ– система устойчивых предпочтений и мотивов личности, задающая главные тенденции поведения личности.

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

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

ЛОКАЛИЗАЦИЯ – перцептивное действие по определению. Этот термин употребляется относительно слуха (определение расположения источника звука в среде), зрения (определение положения стимула в области зрения), осязательных ощущений (определение места стимуляции на коже).

ЛОКУС – место расположения чего–то.

ЛОКУС КОНТРОЛЯ (интернальный –внутренний) –устойчивое качество личности, выражающееся в принятии человеком ответственности за

совершенные им действия и происходящие с ним события, объясняя их своим поведением, ошибками и т.п.

ЛОКУС КОНТРОЛЯ (экстернальный –внешний) – устойчивая склонность личности приписывать ответственность за все происходящее с ней внешним факторам (случайности, обстоятельствам и др.

М

МАЗОХИЗМ (от имени австрийского романиста Леопольда Захера-Мазоха) – любого вида враждебность или деструктивный импульс, направленный на себя.

МАНИПУЛЯЦИЯ (лат. manipulation – обращение с объектами со специальным намерением, особенной целью, как ручное управление, как движения, производимые руками, ручные действия). В психологии – вид психологического воздействия, искусное исполнение которого ведет к скрытому возбуждению у другого человека намерений, не совпадающих с его актуально существующими желаниями.

МЕНТАЛЬНЫЙ – относящийся к уму, к умственной деятельности.

МЕТАФОРА – образное сравнение, употребление одного предмета вместо другого

МЕТАЯЗЫК – специальный язык, на котором осуществляется представление другого языка, формализованного для соответствующего описания

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

МЕТОД БИОГРАФИЧЕСКИЙ – способы исследования, диагностики, коррекции и проектирования жизненного пути личности на основе информации, полученной из биографий, опросников, интервью, свидетельств очевидцев, контент-анализа дневников, писем и т.п.

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

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

МЕТОД ИДЕОГРАФИЧЕСКИЙ – метод исследования личности, ориентированный на описание уникальных, единичных объектов (Г. Олпорт).

МЕТОДИКА ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ – совокупность методов, применяемых в конкретном исследовании и определяемых соответствующей им методологией.

МЕТОД КОМПЛЕКСНЫЙ – исследования разными средствами, разными науками.

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

МЕТОД НОМОТЕТИЧЕСКИЙ – метод исследования личности, ориентированный на установление обобщений (Р. Кеттелл, Г. Ай–зенк).

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

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

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

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

МЕТОД СРАВНИТЕЛЬНЫЙ – изучение одной и той же функции у разных групп испытуемых:

МЕЧТА – самостоятельное создание новых образов. Воображение, направленное на желаемое будущее.

МИРОВОЗЗРЕНИЕ – система взглядов индивида на природу, общество, человека и их развитие. Система взглядов является ценностными ориентациями людей, их принципами познания и деятельности.

МНЕМИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ – действия запоминания, удерживания и припоминания какого–либо материала.

МНЕМОТЕХНИКА (мнемоника – греч. *mnemonic* – искусство запоминания). Система приемов, которые способствуют лучшему запоминанию информации и позволяют увеличить объем информации, запоминаемой с первого предъявления.

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

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

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

МОНОТОНИЯ – психическое состояние, характеризующееся снижением уровня жизнедеятельности, наступающее в результате воздействия однообразных раздражителей. Проявляется в притуплении внимания, снижении его способности к переключению, снижении сообразительности, ослаблении воли, сонливости. При этом развивается неприятное эмоциональное переживание, сопровождающееся стремлением выйти из этой гнетущей обстановки, «встряхнуться», активизироваться. Монотония может превращаться в стойкое состояние скуки.

МОРФОЛОГИЯ – анализ формы и структуры организма.

МОТИВ – внутренняя устойчивая психологическая причина поведения или поступка человека, то, что побуждает человека к деятельности и придает его деятельности осмысленность.

МОТИВАЦИЯ – 1) совокупность мотивов, направляющая деятельность и сам внутренний процесс побуждения; 2) процесс психической регуляции,

влияющий на направленность деятельности и количество энергии, мобилизуемой для выполнения этой деятельности.

МОТИВ АФФИЛИАЦИИ (стремление к людям) – стремление к таким контактам с людьми, которые предполагают доверие, сотрудничество, присоединение и исключение манипуляции. Мотив аффилиации имеет две формы: надежда на присоединение (НА) и боязнь отвержения (БО).

МОТИВ ВЛАСТИ – способность лица проводить свою волю вопреки сопротивлению других людей. В основе мотива власти лежит потребность чувствовать себя сильным и проявлять свое могущество в действии. Источниками власти являются: вознаграждение, принуждение и нормативная власть (власть знатока).

МОТИВ ДОСТИЖЕНИЯ – устойчивое стремление в достижении результата в работе, желание сделать что-то хорошо и быстро, достичь определенного уровня в каком-либо деле. Мотив достижения включает стремление к мастерству, соперничеству (состоятельности, лидерству), удовлетворяющей работе, известности и т.п. Мотив достижения потом был дифференцирован на два: стремление к успеху и стремление избегать неудач.

МОТИВ ИЗБЕГАНИЯ НЕУДАЧИ – более или менее устойчивое стремление человека избегать неудач в тех ситуациях жизни, где результаты его деятельности оцениваются другими людьми.

МОТИВИРОВКА – логическое объяснение причин поведения. Она может отличаться от действительных мотивов или сознательно использоваться для их маскировки.

МОТИВ ОТВЕРГАНИЯ – проявляется в боязни быть непринятым, отвергнутым значимыми людьми.

МОТИВ ПОМОЩИ, АЛЬТРУИСТИЧЕСКИЕ МОТИВЫ–альтруизм–любовь и бескорыстная забота о других, способность на безвозмездную жертву ради группы, потребность отдавать и чувство ответственности. Исследования показали, что:

- чаще оказывают помощь те, кто сам раньше ее получал;

- люди, обладающие эмпатией;
- больше альтруизма проявляется к зависимому человеку, чем к независимому, приятному и привлекательному, к знакомому, человеку той же этнической группы. Важным свойством личности, предрасполагающим к альтруистическому поведению, является предрасположенность к сопереживанию человеку, нуждающемуся в помощи (эмпатия).

МОТИВ УСПЕХА – ориентация на успех в разных видах деятельности в отличие от ориентации на избегание неудач. Люди, ориентированные на успех, предпочитают выбирать средние и трудные задачи, так как предпочитают расчетливо рисковать; а мотивированные на неудачу выбирают либо легкие задачи (гарантируют успех), либо трудные (так как неудача не воспринимается как личный неуспех). Успех в деятельности зависит не только от самого мотива, но и от его силы. Так, оптимальная продуктивность деятельности наступает при среднем уровне мотивации (закон Йеркса–Додсона).

МУДРОСТЬ – высшая степень развития интеллекта. Это обобщение многообразия знания и опыта человечества, обобщение, формулируемое в качестве принципов познания, оценки, поведения, действия. Мудрость – разум, осознающий свою ответственность за судьбу общества.

МУЖЕСТВО – высокая степень самообладания, которая ярко проявляется в сложных и опасных обстоятельствах, в борьбе с необычными трудностями. Мужество – сложное качество. Оно предполагает наличие смелости, выдержки и настойчивости.

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

МЫШЛЕНИЕ – психический процесс обобщенного и опосредованного отражения действительности.

МЫШЛЕНИЕ АУТИЧЕСКОЕ – мышление, связанное с реализацией желаний, желаемое выдается за действительное.

МЫШЛЕНИЕ ДИВЕРГЕНТНОЕ – продуктивное мышление, служащее средством порождения оригинальных творческих идей. Оно допускает существование нескольких правильных ответов на один и тот же вопрос. Термин введен Дж. Гилфордом.

МЫШЛЕНИЕ ДИСКУРСИВНОЕ – аналитическое, развернутое во времени, поэтапное и значительно осознанное.

МЫШЛЕНИЕ КОНВЕРГЕНТНОЕ– продуктивное мышление, связанное с решением задач, имеющих единственно правильный ответ (Дж. Гилфорд).

МЫШЛЕНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ (выделены Калмыковой З.И.):

быстрота – скорость принятия решения и решения задачи;

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

глубина– способность анализировать, сравнивать, находить существенное;

доказательность– умение обоснованно, аргументированно мыслить, вскрывая причины явлений, объяснять их с научной точки зрения;

критичность– объективная оценка других и себя;

логичность – умение соблюдать логический порядок в рассмотрении вопроса, логическую обоснованность рассуждений, строгую логику мышления;

пытливость (любопытность) – потребность всегда искать наилучшее решение;

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

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

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

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

МЫШЛЕНИЕ НАГЛЯДНО–ОБРАЗНОЕ– форма мыслительного процесса, который осуществляется непосредственно при восприятии окружающей действительности и без этого осуществляться не может. В этом процессе человек привязан к действительности, а необходимые для мышления образы он черпает из кратковременной и оперативной памяти. Данная форма мышления доминирует у детей дошкольного и младшего школьного возраста.

МЫШЛЕНИЯ ОРИГИНАЛЬНОСТЬ – нетривиальность, необычность, новизна идей.

МЫШЛЕНИЕ ПАТОГЕННОЕ– ошибочное, используется в психотерапии (Ю.М. Орлов).

МЫШЛЕНИЕ ПРАКТИЧЕСКОЕ– вид мышления, направленный на решение практических задач. Оно направлено на проверку гипотез, решение практических проблем на основе практического опыта (здесь и теперь). Обычно осуществляется при дефиците времени и при ограниченной возможности проверки. Используется в этом виде мышления чаще наглядно–действенная и наглядно–образная формы.

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

МЫШЛЕНИЕ РЕАЛИСТИЧЕСКОЕ – мышление, направленное на внешний мир, регулируемое логическими законами.

МЫШЛЕНИЕ РЕПРОДУКТИВНОЕ– 1) вообще– процесс повторного производства чего–либо или результат такого процесса: 2) вид мышления, который выражается в способности воспроизводить способы решения задач после обучения или по образцу.

МЫШЛЕНИЕ САНОГЕННОЕ – основанное на философии обыденной жизни (Ю.М. Орлов).

МЫШЛЕНИЕ СЛОВЕСНО–ЛОГИЧЕСКОЕ (понятийное) – мышление с опорой на понятия, которые отражают сущность предметов и явлений и выражаются в словах, предложениях или других знаках. В этой форме

мышления человек использует понятия, суждения и умозаключения, из которых строятся различные рассуждения.

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

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

МЫШЛЕНИЕ ТВОРЧЕСКОЕ (продуктивное) – вид мышления, связанный с созданием или открытием чего-либо нового. Это способность решать нестандартные задачи, проблемы, находить новые способы мышления (эвристики). Один из первых исследователей творческого мышления (креативности) Дж. Гилфорд выделил четыре его особенности:

- 1) оригинальность, необычность идей;
- 2) семантическая гибкость – способность видеть объект под разными углами зрения;
- 3) образная гибкость – способность изменять восприятие объекта, чтобы увидеть скрытые его стороны;
- 4) способность использовать разные идеи в неопределенной ситуации.

К особенностям творческого мышления относят и характеристики личности (К. Тейлор, К. Кокс, А.М. Матюшкин и др.), такие как толерантность к неопределенности; готовность к преодолению препятствий; внутреннюю мотивацию; умеренную готовность к риску; стремление к признанию и др.

Творческое мышление формируется в детстве на основе задатков в процессе решения творческих задач.

н

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

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

НАВЫКИ – индивидуально приобретенные и закреплённые в упражнениях способы поведения животных.

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

НАДМЕННОСТЬ – высокомерие

НАПРАВЛЕННОСТЬ ЛИЧНОСТИ – совокупность устойчивых мотивов, ориентирующих деятельность личности и относительно независимых от наличной ситуации. Это установки, ставшие свойствами личности и проявляющиеся в таких формах, как влечение, желание, стремление, интерес, склонность, идеал, мировоззрение, убеждение.

НАСТОЙЧИВОСТЬ – умение человека мобилизовать свои возможности для длительной борьбы с трудностями. Нельзя путать с упрямством и негативизмом.

НАСТРОЕНИЕ – устойчивое, слабо выраженное, сравнительно продолжительное, переживание, которое окрашивает поведение и деятельность человека в течение значительного времени. Причины настроения далеко не всегда ясны. Настроение зависит от здоровья человека, его самооценки, уровня притязаний, характера и других личностных свойств.

НАУЧЕНИЕ – формирование нового индивидуального опыта в процессе активного взаимоотношения со средой.

НЕВРОЗ – психическое расстройство, которое возникает в результате нарушения особенно значимых жизненных отношений человека и

проявляется в основном психогенно обусловленными эмоциональными и соматовегетативными расстройствами при отсутствии психотических явлений.

НЕГАТИВИЗМ – немотивированная, необоснованная склонность действовать наперекор другим людям, противоречить им, хотя разумные соображения не дают оснований для таких поступков.

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

НЕЙРОТИЗМ – свойства личности, связанные с высокой раздражительностью и возбудимостью

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

НЕПРОИЗВОЛЬНОЕ ВОСПРИЯТИЕ (непреднамеренное)– восприятие без намерения, постановки цели. Оно выступает как компонент какой–то другой деятельности.

НИЗКОПОКЛОНСТВО – лесть.

НОРМЫ – принципы, предписывающие поведение в той или иной культуре, разделяемые членами данной культуры.

О

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

ОБОНЯНИЕ – вид чувствительности, порождающий специфические ощущения запаха. Обоняние вызывается действием химических веществ на рецепторные клетки полости носа и носоглотки. Система классификации запахов, известная как «призма Хеннинга» (цветочный, фруктовый, пряный, смолистый, пригорелый, гнилостный) образует углы призмы с

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

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

ОБЯЗАТЕЛЬНОСТЬ (исполнительность) – качество воли, проявляющееся в точном, неукоснительном и систематическом исполнении принимаемых решений.

ОБУСЛОВЛЕННЫЙ – ограниченный условиями, зависимый, причина чего–либо

ОБЫДЕННЫЙ – однодневный

ОБЪЕКТИВНЫЙ – существующий вне нас как объект, не зависящий от чьей–нибудь воли, непредвзятый, беспристрастный.

ОДАРЕННОСТЬ – качественно своеобразное сочетание способностей, обуславливающее диапазон его интеллектуальных возможностей, уровней и своеобразия его деятельности. Одаренность включает внутренние предпосылки (задатки) и индивидуальные свойства личности (характер, склонности и др.). Она дает возможность способностям развиваться в разных направлениях.

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

ОПРОСНИКИ ЛИЧНОСТНЫЕ – разновидность опросников, направленная на измерение различных особенностей личности. Личностные опросники делятся на: а) опросники черт личности; б) опросники

типологические; в) опросники мотивов; г) опросники интересов; д) опросники ценностей; е) опросники установок.

ОПТИМАЛЬНЫЙ (от лат. optimum – наилучшее) – наилучший, вполне соответствующий.

ОПТИМИЗМ–ПЕССИМИЗМ – (лат. optimus – наилучший и pessimus – наихудший). Оптимизм характеризует положительную систему взглядов человека о мире, о происходящих и ожидаемых событиях. Эмоциональный тон восприятия жизни и ожидания будущего оптимиста светлый, радостный. Пессимист имеет негативную систему взглядов на жизнь и мир и настроение безысходности.

ОТВЕТСТВЕННОСТЬ – внешний или внутренний контроль над деятельностью, отражающий социальное, морально–правовое отношение к обществу, выражающееся в выполнении принятых нравственных и правовых норм и правил, своего долга.

ОТВРАЩЕНИЕ (отворачивание) – отрицательное эмоциональное переживание, вызываемое объектами (предметами, людьми, обстоятельствами и т.д.), соприкосновение с которыми вступает в резкое противоречие с идеологическими, нравственными или эстетическими принципами и установками субъекта. В эволюции возникло как защита от отравления. Изображая отвращение, человек морщит нос, кривит губы, отталкивает предмет отвращения, имитирует тошноту.

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

ОЩУЩЕНИЯ БОЛЕВЫЕ– одни ученые полагают, что существуют специализированные болевые рецепторы, находящиеся на всей поверхности кожи. Их количество велико (примерно 100 на 1 кв. см), располагаются они на глубине 0,1 мм от поверхности кожи. По мнению других, боль возникает в

ответ на чрезмерную стимуляцию любого кожного рецептора. Болевые ощущения сигнализируют о возможной физической опасности.

ОЩУЩЕНИЯ ВЕСТИБУЛЯРНЫЕ– основаны на информации, приходящей из полукружных канальцев внутреннего уха. Одна из основных функций системы вестибулярных ощущений – обеспечить устойчивую основу для зрительного наблюдения. За счет существования рефлекторного механизма, который компенсирует каждое движение головы противоположным по направлению движением глаз, перед нами предстает довольно стабильная картина мира (прыгает, не дрожит).

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

ОЩУЩЕНИЯ ВКУСОВЫЕ – отражение качества пищи, обеспечение индивида информацией о том, можно ли употребить внутрь данное вещество. Вкусовые ощущения (часто вместе с обонянием) вызываются действием химических свойств веществ, растворенных в слюне или воде, на вкусовые рецепторы (вкусовые почки), расположенные на поверхности языка, задней поверхности глотки, небе и надгортаннике. Система классификации вкусов «Тетраэдр Хеннинга»: четыре основных вкуса (сладкий, кислый, соленый, горький) располагаются в углах тетраэдра (четырёхугольной пирамиды), а все другие ощущения вкуса имеют различное расположение, представляющее их как комбинацию двух или более основных вкусовых ощущений. Разные участки языка по-разному чувствительны к разным веществам: к сладкому наиболее чувствителен кончик языка, к кислому – его края, к горькому – область корня языка, к соленому – края языка и середина.

ОЩУЩЕНИЯ ЗРИТЕЛЬНЫЕ – ощущения, стимулом для которых являются электромагнитные излучения с длиной волны примерно от 380 до

780 миллиардных долей метра, а рецепторами – светочувствительные клетки сетчатки глаза.

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

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

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

свою близость к эмоциональным состояниям. Их часто называют органическими.

Ощущение равновесия, а также двигательное или кинестетическое ощущение. Периферические рецепторы этой чувствительности находятся в мышцах и суставах (сухожилиях, связках) и называются тельцами Пачини. Периферические рецепторы ощущения равновесия расположены в полукружных каналах внутреннего уха.

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

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

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

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

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

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

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

ОЩУЩЕНИЯ ЭКСТЕРОЦЕПТИВНЫЕ – по классификации Ч. Шеррингтона – ощущения, обеспечивающие получение сигналов из внешнего мира и создающие основу для нашего сознательного поведения. Сюда входят все 5 модальностей ощущений.

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

II

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

ПАМЯТЬ– 1) психический процесс отражения предметов и явлений окружающего мира, которые действовали ранее на органы чувств. В отличие от ощущений и восприятий память отражает лишь то, что было ранее, ощущалось и воспринималось (отдельные свойства и целостные образы предметов и явлений окружающего мира); 2) совокупность процессов запоминания, сохранения, забывания и последующего воспроизведения следов прошлого опыта; 3) в когнитивной психологии под памятью

понимается способность живой системы фиксировать факт взаимодействия со средой, сохранять результаты этого взаимодействия в форме опыта и использовать его в поведении; 4) память можно рассматривать и как деятельность, имеющую свои цели, мотивы и способы действий. Эту деятельность называют мнемической (от имени греческой богини памяти и всех муз Мнемозины).

ПАМЯТЬ «ВЕЧНАЯ», или **ТРЕТИЧНАЯ,** – способность воспроизводить когда-то запечатленную информацию, которая сохраняется на протяжении всей оставшейся жизни.

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

ПАМЯТЬ ДОЛГОВРЕМЕННАЯ – память, которая удерживает информацию длительное время. Эта память рассчитана не только на длительное хранение, но и на многократное воспроизведение при условии ее сохранения. Для сохранения в долговременной памяти материал обычно хорошо обработан и интегрирован в общие знания, хранящиеся в памяти человека. Долговременная память не ограничена ни по времени хранения, ни по объему. Долговременная память функционирует в двух видах: с сознательным доступом и закрытая (информацию можно извлечь из памяти только специальными методами, например под гипнозом). Однако в науке такое восстановление еще вызывает сомнения.

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

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

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

ПАМЯТЬ МГНОВЕННАЯ (ИКОНИЧЕСКАЯ) – удержание точной и полной картины только что воспринятого органами чувств, без какой бы то ни было переработки полученной информации. Ее длительность от 0,1 до 0,5 секунды. За это время мозг решает, нужна ли эта информация и передавать ли ее в кратковременную. Эту память еще называют сенсорной, следовой.

ПАМЯТЬ МЕХАНИЧЕСКАЯ – запоминание без осознания логической связи между различными частями воспринимаемого материала. Оно происходит исключительно благодаря повторению лишенному осознания

смысла материала или других операций, подобно организации, логическому выводу или использованию мнемоники и т.д.

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

ПАМЯТЬ НЕПОСРЕДСТВЕННАЯ (натуральная) – память без использования средств. Свойственна и человеку, и животным. Развитую форму этого вида памяти называют эйдетической.

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

ПАМЯТЬ ОБРАЗНАЯ – память на различные сенсорно–перцептивные образы (зрительные, слуховые, тактильные, вкусовые, обонятельные).

ПАМЯТИ ОБЪЕМ – важнейшая интегральная характеристика памяти, которая характеризует возможности запоминания и сохранения информации. Объем памяти – число единиц, немедленно воспроизводимых после предъявления.

ПАМЯТЬ ОПЕРАТИВНАЯ – вид памяти, рассчитанный на сохранение информации в течение определенного времени, необходимого для выполнения некоторого действия или операции. Это своего рода «рабочая смесь» долговременной и кратковременной памяти. Оперативная память удерживает информацию до окончания действия, длительность которого может быть различной.

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

ПАМЯТЬ СЛОВЕСНО–ЛОГИЧЕСКАЯ – запоминание и воспроизведение мыслей. Оно построено на причинно–следственной связи между запоминаемыми элементами.

ПАМЯТЬ СЛУХОВАЯ – запоминание и точное воспроизведение разнообразных слуховых образов (звуков, музыки, шумов, и т.п.),

ПАМЯТЬ ФЕНОМЕНАЛЬНАЯ – способность к воспроизведению огромного (может быть, неограниченного) объема информации. Существуют легенды об уникальных возможностях памяти Юлия Цезаря, Наполеона, Моцарта, Гаусса, шахматиста Алехина и т.д. Выдающимися мнемическими способностями обладал С.Д. Шершевский, о котором написал А.Р. Лурия в книге «Маленькая книжка о большой памяти». У него отсутствовали ограничения в объеме запоминания и во времени хранения. Например, он с первого предъявления запомнил длинную строфу «Божественной комедии» Данте на незнакомом ему итальянском языке, которую легко повторил при неожиданной проверке через 15 лет.

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

ПАМЯТЬ ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ – память на переживания, эмоции и чувства.

ПАНИКА– мотивационное психическое состояние, связанное с проявлениями массового страха перед реальной или воображаемой угрозой,

состояние периодического испуга, ужаса, нарастающего в процессе взаимного заражения ими.

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

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

ПАТТЕРН (англ. pattern) – 1) модель или образец; 2) структура).

ПЕРЕКЛЮЧАЕМОСТЬ ВНИМАНИЯ – сознательное и осмысленное перемещение внимания с одного объекта (действия) на другой объект (действие). Переключение может быть обусловлено требованиями деятельности, либо необходимостью включения в новую деятельность, либо в целях отдыха.

ПЕРЕНОС – влияние ранее приобретенного индивидуального опыта на его последующее формирование.

ПЕРЕНОС НАВЫКА– облегчение приобретения нового сходного навыка за счет выработанного ранее навыка.

ПЕРСОНАЛИЗАЦИЯ – процесс превращения человека в личность, приобретение им индивидуальности.

ПЕРСОНАЛЬНЫЙ –личный.

ПЕРЦЕПТИВНАЯ СИСТЕМА – совокупность анализаторов, обеспечивающий данный акт восприятия.

ПЕРЦЕПТИВНЫЕ ДЕЙСТВИЯ – основные структурные единицы процесса восприятия, включающие обнаружение объекта восприятия и соотнесение его с образами памяти. Первоначально выделяется лишь общее и диффузное представление о предмете, которое потом сменяется более определенным и детальным восприятием. Оpozнание предмета, как правило,

происходит на основе выделения обобщенных, иногда социально фиксированных систем признаков, в силу чего оно осуществляется за более короткое время (порядка долей секунды), чем процессы первоначального перцептивного научения, на которые уходят месяцы и годы (например, формирование навыков чтения).

ПЕРЦЕПТИВНЫЙ – относящийся к восприятию.

ПЕЧАЛЬ (ГОРЕ, СТРАДАНИЕ) – эмоциональный сигнал невозможности удовлетворить жизненно важные потребности. Печаль сигнализирует о желании восстановить связь с миром, людьми и в этом смысле способствует личностному росту. Проявляется в прикованности мысли к объекту печали, слезах (при сильной печали слез может не быть), горечи во рту. Печаль замедляет темп жизни, дает возможность оглянуться, увидеть перспективу и в этом смысле является адекватным состоянием.

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

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

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

ПОСТУПОК – действие, совершение которого связано со сменой состояния, а также условий и характера деятельности

ПОТРЕБНОСТЬ – основной источник активности человека и животных; внутреннее состояние нужды, выражающее их зависимость от конкретных условий существования.

ПОТРЕБНОСТЬ В САМОАКТУАЛИЗАЦИИ (А. Маслоу) – врожденные потребности, определяющие рост и развитие личности.

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

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

ПРЕЗРЕНИЕ – отрицательная эмоция, возникающая в межличностных отношениях и порождаемая рассогласованием жизненных позиций, взглядов и поведения с жизненными позициями, взглядами и поведением объекта переживаний. Презрение – это отвержение другого человека, в эволюции – вытеснение с территории. Выражается в иронии, насмешках, отталкивающих жестах.

ПРЕСЫЩЕНИЕ – переживание человеком отвращения к выполняемой работе, которое состоит в том, что в результате длительного выполнения какой-либо однообразной деятельности у человека наступает просто нежелание ее выполнять, а затем при ее дальнейшем выполнении резко отрицательное к ней отношение (вплоть до аффекта) и настойчивое стремление ее прекратить. Это состояние не связано с утомлением,

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

ПРОАКТИВНОЕ ТОРМОЖЕНИЕ (ИНТЕРФЕРЕНЦИЯ) – забывание новой информации под влиянием старой (ранее заученной). Если вам меняют номер телефона, то старый номер мешает вам запомнить новый.

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

ПРОПРИУМ (лат. proprium – собственно, «я сам»). Сходно с понятием «Я» в гуманистической психологии. Проприум включает высшие цели, смыслы, моральные установки человека.

ПСИХИКА – 1) свойство высоко организованной материи (мозга) субъективно отражать объективно и независимо от сознания существующую действительность, обеспечивающее целесообразность поведения и деятельности живого организма; 2) (по М.Г. Ярошевскому) высшая форма взаимосвязи живых существ с предметным миром, выраженная в их способности реализовывать свои побуждения и действовать на основе информации о нем. На уровне человека психика приобретает качественно новый характер в силу того, что его биологическая природа преобразуется социокультурными факторами, благодаря которым возникает внутренний план жизнедеятельности – сознание, а индивид становится личностью; 3) (по А.В. Петровскому) система неотторжимых от живого существа процессов и состояний взаимоперехода объективных и субъективных атрибутов его бытия.

ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ – целостная реакция личности на внешние и внутренние стимулы, направленная на достижение полезного результата деятельности или адаптационного процесса.

ПСИХИЧЕСКОЕ ВЫГОРАНИЕ– синдром, включающий в себя эмоциональное истощение, деперсонализацию и редуцирование профессиональной деятельности

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

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

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

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

ПСИХОЛОГИЯ (греч. psyche – душа, logos– учение) – наука о закономерностях развития и функционирования психики как формы жизнедеятельности человека и животных

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

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

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

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

ПСИХОДИАГНОСТИКА (греч. *psyche* – душа, *diagnostikos* – способный распознавать) – область психологии, разрабатывающая методы выявления и измерения индивидуально–психологических особенностей личности. Психодиагностика связана с количественной оценкой и точным качественным анализом психологических свойств и состояний человека при помощи научно проверенных методов, дающих достоверную информацию о них. Это одна, традиционная, точка зрения на предмет психодиагностики. Другая, развиваемая А.Ф. Ануфриевым, состоит в том, что практическая психодиагностика – это наука о постановке психологического диагноза, включающая ряд компонентов. Как вид деятельности практического психолога психодиагностика включает диагноз, прогноз, коррекцию и профилактику.

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

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

ПСИХОЛОГИЯ ДИФФЕРЕНЦИАЛЬНАЯ – изучает индивидуально–психологические различия между людьми.

ПСИХОЛОГИЯ ИСКУССТВА – отрасль психологии, предметом которой являются свойства и состояния личности или группы лиц,

обуславливающие создание и восприятие художественных ценностей, а также влияние этих ценностей на жизнедеятельность отдельной личности и общества в целом (включает сценическое искусство и др.).

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

ПСИХОЛОГИЯ КЛИНИЧЕСКАЯ (греч. klinike – врачевание, уход за лежащим больным) – область психологии, изучающая психические факторы происхождения и течения болезней, влияние болезней на личность, психологические аспекты целебных воздействий. Клиническая психология включает: патопсихологию, нейропсихологию, соматопсихологию, психологию здоровья, психотерапию.

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

ПСИХОЛОГИЯ КОНСУЛЬТАТИВНАЯ – отрасль психологии, изучающая деятельность психолога–консультанта.

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

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

ПСИХОЛОГИЯ НАУКИ – отрасль, изучающая психологические факторы научной деятельности с целью повышения ее эффективности.

ПСИХОЛОГИЯ ОБЩАЯ – изучает сущность и общие закономерности возникновения, функционирования и развития психики. Общая психология

развивается на основе достижений всех отраслей и в то же время обогащает и направляет их общей теорией. В основе ее лежит психология человека.

ПСИХОЛОГИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ – отрасль психологии, изучающая закономерности обучения и воспитания.

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

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

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

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

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

ПСИХОЛОГИЯ СПОРТА – изучает закономерности психической деятельности людей в условиях тренировок и соревнований.

ПСИХОЛОГИЯ СРАВНИТЕЛЬНАЯ – отрасль психологии, изучающая закономерности происхождения и развития психики животных и становление человеческого сознания.

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

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

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

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

ПСИХОЛОГИЯ ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ– область психологии, изучающая взаимоотношения человека и окружающей среды (пространственно–географической, социальной, культурной).

ПСИХОЛОГИЯ ЭКОНОМИЧЕСКАЯ – отрасль психологии, предметом которой является отражение хозяйственных отношений в

сознании и поведении человека. Это психология хозяйствующего субъекта (один человек, семья, организация, государство или нация). Проблемы экономической психологии касаются, прежде всего, рынка, бизнеса, отношений «общество–гражданин».

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

ПСИХОПАТИЯ – аномалия характера, которая определяет психический облик, откладывая отпечаток на весь душевный склад, в течение жизни не подвергается сколько–нибудь резким изменениям и мешает приспособляться к социальной среде

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

ПСИХОТИЗМ – свойства личности, отражающие безразличие, равнодушие к другим людям, неприятие социальных нормативов

ПСИХОТИЧЕСКИЙ – имеющий отношение к психотическому расстройству. Часто употребляется в составных терминах для того, чтобы охарактеризовать расстройство, симптомы которого характерны или очень сходны с психозом, например психотическая депрессия.

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

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

ПЫТЛИВОСТЬ (любопытность) мысли – потребность всегда искать наилучшее решение.

Р

РАДОСТЬ – положительное эмоциональное переживание, связанное с возможностью достаточно полно удовлетворить актуальную потребность. Она служит для устранения отрицательных воздействий эмоций,

установления контактов с людьми, сохранения в памяти полезных мыслей и действий. Радость выражается улыбкой и смехом.

РАЗВИТИЕ – закономерное, направленное качественное изменение материальных и идеальных объектов. Одновременное наличие этих свойств отличает развитие от других изменений. В психологии развитие – это необратимые изменения в психике человека (качественные и количественные, прогрессивные и регрессивные). Современная наука исследует сложноорганизованные саморазвивающиеся объекты – системы, во многих ее областях разрабатываются специально научные теории развития.

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

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

РАССЕЯННОСТЬ – психическое состояние, которое характеризуется отклонением внимания и тем самым нарушениями в умственной ориентировке. Нарушение способности сосредотачивать внимание на избранном объекте на длительное время, при этом страдает концентрация внимания, его устойчивость, перераспределение. Характерна для невротических состояний и утомления. Под рассеянностью понимают разные слабости внимания (общее ослабление внимания, при котором человек не

может ни на чем сосредоточиться; чрезмерная подвижность внимания; слишком большая сосредоточенность на чем-то, которая сочетается с

РАССЕЯННОСТЬ ВНИМАНИЯ – результат чрезмерного углубления в работу, когда человек ничего не замечает вокруг себя.

РАССЕЯННОСТЬ ПОДЛИННАЯ – человек не в состоянии ни на чем долго сосредоточиться, когда он постоянно переходит от одного объекта или явления к другому, ни на чем не задерживаясь.

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

РАССУЖДЕНИЕ ДЕДУКТИВНОЕ– распространение общего положения на частные случаи.

РАССУЖДЕНИЕ ИНДУКТИВНОЕ – такое рассуждение, при котором, на основе ряда частных суждений (посылок) можно получить общее суждение (вывод).

РАТИКУЛЯРНАЯ ФОРМАЦИЯ – скопление нервных клеток, расположенное в стволовой части мозга и представляющее собой как бы след нервных путей, соединяющих рецепторы органов чувств с участками коры мозга. Благодаря ратиккулярной формации человек способен настораживаться, реагировать на незначительные изменения в окружающей среде. Она же обеспечивает возникновение ориентировочного рефлекса.

РАЦИОНАЛЬНЫЙ – имеющий отношение к разумности, обоснованности процесса рассуждения, не нарушающий правил логики.

РЕДУКЦИЯ – переход, сведение сложного к простому; уменьшение, ослабление чего-либо.

РЕЗЮМЕ – краткий итог доклада, сообщения.

РЕЛАКСАЦИЯ – состояние успокоения, расслабления, восстановления. Релаксация может протекать произвольно, то есть организм сам восстанавливает силы, но может, и произвольно вызванной с помощью тренинга, лекарств, гипноза и пр.

РЕМИНИСЦЕНЦИЯ – отсроченное воспроизведение ранее воспринятого, казавшегося забытым.

РЕТРО – составная часть слова, обозначающая «позади во времени или в пространстве».

РЕТРОАКТИВНОЕ ТОРМОЖЕНИЕ (ИНТЕРФЕРЕНЦИЯ] – забывание старой информации из-за поступающей новой. Например, запоминание учителем фамилий новых учеников мешает вспомнить фамилии старых.

РЕФЛЕКС– ответный акт организма, детерминированный воздействием факторов внешней и внутренней среды на соответствующие рецепторы.

РЕФЛЕКС БЕЗУСЛОВНЫЙ – врожденное, инстинктивное реагирование на стимул.

РЕФЛЕКС УСЛОВНЫЙ – временная связь, вырабатываемая путем сочетания условного и безусловного раздражителей.

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

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

РЕЦЕПТОРЫ (от лат. recipere– получать, принимать) – специальные чувственные образования, воспринимающие и преобразующие раздражения из внешней или внутренней среды и передающие информацию о действующем раздражителе в нервную систему. Рецепторы делят на внешние (экстероцепторы), внутренние (интеро–цепторы) и на рецепторы, воспринимающие положение тела в пространстве, напряжение связок, мышц (проприоцепторы).

РЕЧЬ – 1) исторически сложившаяся форма общения людей с помощью звуковых и зрительных знаков, благодаря чему возникла возможность передавать информацию не только непосредственно от человека к человеку,

но и на гигантские расстояния, а также получать ее из прошлого и передавать в будущее; 2) специфически человеческий способ формирования и формулирования мыслей с помощью языковых средств; 3) процесс общения людей посредством языка; 4) система используемых человеком звуковых сигналов, письменных знаков и символов для представления, переработки, хранения и передачи информации; 5) совокупность произносимых или воспринимаемых звуков, имеющих тот же смысл и то же значение, что и соответствующая им система письменных знаков; 6) процесс общения людей посредством языка, часто рассматривается как особый вид деятельности; 7) процесс пользования естественным языком.

РЕЧЬ ВНЕШНЯЯ – речь, связанная с процессом общения, обмена информацией. Это устная и письменная речь.

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

РЕЧЬ ДИАЛОГИЧЕСКАЯ – речь двух или нескольких собеседников, которые меняются ролями, то есть перемененно бывают относительно активными или пассивными собеседниками. Эта речь недостаточно организована грамматически и синтаксически, поскольку осуществляется при помощи простых языковых конструкций, которые обусловлены контекстом, предыдущими высказываниями.

РЕЧЬ ЖЕСТОВАЯ – способ общения людей, лишенных слуха, при помощи системы жестов.

РЕЧЬ МОНОЛОГИЧЕСКАЯ – речь, произносимая одним человеком, в то время как слушатели только воспринимают речь говорящего, но прямо в

ней не участвуют (доклад, лекция, выступление на собрании и т. п.). Эта речь более развернута и организована (обычно заранее спланирована), в ней мало используется внеязыковая информация, которая возникает в разговорной ситуации.

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

РЕЧЬ СЕНСОРНАЯ – понимание смысла речи на основе сенсорной информации.

РЕЧЬ УСТНАЯ – звуковая речь, которая воспринимается другими на слух.

РЕЧЬ ЭКСПРЕССИВНАЯ — эмоционально окрашенная речь.

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

РЕШИТЕЛЬНОСТЬ – отсутствие излишних колебаний и сомнений при борьбе мотивов, в своевременном и быстром принятии решений. Примером противоположного качества – нерешительности является ситуация «Буриданова осла», который, не решаясь съесть одну из равных охапак сена, так и умер с голоду.

РОЛЬ (от фр. role) — совокупность прав и обязанностей, соответствующих позиции человека в обществе, в системе межличностных отношений.

САДИЗМ – получение удовольствия от причинения боли и страдания другим. Этот термин происходит от довольно определенной сексуальной ориентации известного романиста и революционера Альфреда Франсиса, маркиза де Сада.

САНКЦИИ – меры против нарушения, наказание.

САМОКОНТРОЛЬ – совокупность свойств саморегуляции, связанная с осознанием личностью самой себя. Этот блок надстраивается над всеми остальными блоками и осуществляет над ними контроль: усиление или ослабление деятельности, коррекцию действий и поступков, предвосхищение и планирование деятельности и т.д.

САМООЦЕНКА – оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей.

САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ – способность осознанно принимать решения и умение не поддаваться влиянию различных факторов, препятствующих достижению поставленной цели, способность критически оценивать советы и предложения других людей, действовать на основе своих взглядов и убеждений и при этом вносить в свои действия коррективы, сформированные на основе полученных советов.

САНГВИНИК– тип темперамента, характеризующийся высокой психической активностью, энергичностью, высокой пластичностью, которая проявляется в неустойчивости чувств, настроений и интересов. Его тормозные и реактивные процессы уравновешены.

СДВИГ МОТИВА НА ЦЕЛЬ– превращение мотива деятельности в мотив. Например, ребенок может сначала выполнять учебную деятельность ради поощрения матери, а затем, при появлении интереса и удовлетворения от нее, ради ее самой.

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

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

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

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

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

СЕРИАЦИЯ – объединение объектов в ряд в последовательном порядке.

СИМПАТИЯ (греч. *sympatheia* – влечение, внутреннее расположение) – устойчивое положительное (одобрительное, хорошее) отношение к кому-нибудь или к чему-нибудь (другим людям, их группам, социальным явлениям), проявляющееся в приветливости, доброжелательности, восхищении, побуждающее к общению, оказанию внимания, помощи. Противоположное состояние – антипатия.

СИМПТОМ (греч. *symptoma* – совпадение, признак) – клинические проявления болезни, индикатор заболевания, признак болезни.

СИНДРОМ (греч. *syndrome* – стечение) – система взаимосвязанных симптомов болезни. Это ряд характеристик, черт, событий или моделей поведения, которые воспринимаются как возникающие вместе друг с другом или, как предполагается, являются скоординированными или взаимосвязанными некоторым образом.

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

Здесь используются определенные принципы:

- 1) свободный обмен мнениями (все равноправны);
- 2) возбуждение самосознания посредством целевых вопросов;
- 3) шутка как способ активизации мышления.

Процесс совместного решения обычно проходит четыре этапа:

- 1) подумайте, как решить задачу, похожую на эту;
- 2) попробуйте войти в образ объекта, рассуждайте с его точки зрения;
- 3) дайте в двух словах определение сути задачи;
- 4) подумайте, как решил бы эту задачу сказочный волшебник.

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

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

СИНТОНИЯ (греч. *syntonia* – согласованность) – хорошая приспособляемость к окружающей среде, гармония с ней.

СКЛОННОСТЬ – направленность индивида на определенную деятельность, соответствующую интересу и включающую волевой компонент.

СКРИНИНГ (англ. screen – сортировать, отбирать) – в применении к медицине и психологии – массовое обследование населения с целью выявления лиц с определенными характеристиками. Психологический скрининг применяется, например, в школе. Подразумевается массовое, ограниченное во времени исследование детей по определенной программе (например, исследование познавательной, эмоциональной и личностной сфер, а также значимых проблем).

СКУКА – стойкое мотивационное состояние, которое возникает даже при разнообразной, но неинтересной работе. Скука оказывает влияние на качество деятельности и межличностные отношения.

СЛОВО – единица речи.

СМЕЛОСТЬ – умение побороть страх и идти на оправданный риск ради достижения цели, несмотря на опасности для личного благополучия.

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

СОМАТИЧЕСКИЙ – имеющий отношение к телу.

СОН – периодически возникающее функциональное состояние, проявляющееся в расслаблении, обездвиженности, близкое к релаксации.

СОСРЕДОТОЧЕННОСТЬ – психическое состояние сосредоточенности сознания на определенном объекте или группе объектов в течении некоторого времени. Внешняя сосредоточенность выражается в ослаблении или полном прекращении движений, напряженной мимике. Внутренняя сосредоточенность – такое психическое состояние, при котором в фокусе сознания находятся мысли и переживания (внутренние монологи).

СОХРАНЕНИЕ – процесс удержания и переработки информации, консервация. Не все, что прошло этап запоминания, хранится. Для сохранения информации в долговременной памяти нужна организация

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

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

СПОСОБНОСТИ – индивидуально–психологические особенности личности, обеспечивающие успех в деятельности и легкость овладения этой деятельностью. (Что может Личность).

СПОСОБНОСТИ КОММУНИКАТИВНЫЕ– способности личности, обеспечивающие эффективность ее общения с другими личностями и психологическую совместимость в совместной деятельности.

СПОСОБНОСТИ РЕПРОДУКТИВНЫЕ– способность копировать деятельность, осваивать ее по образцу, инструкции.

СПОСОБНОСТИ СПЕЦИАЛЬНЫЕ – система свойств личности, которые помогают достигнуть высоких результатов в какой–либо определенной области деятельности (музыкальной, художественной, литературной и т.д.)

СПОСОБНОСТИ ТВОРЧЕСКИЕ (КРЕАТИВНЫЕ) – креативность (лат. creatio – созидание) – общая способность к творчеству, характеризует личность в целом, проявляется в различных сферах активности, рассматривается как относительно независимый фактор одаренности.

СРАВНЕНИЕ – мыслительная операция сопоставления предметов и явлений между собой, нахождения сходства и различий между ними. Сравнить объекты следует по одному основанию.

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

СТАТИСТИКА – отрасль математики, теоретической и прикладной, которая занимается сбором, классификацией и анализом данных. Статистика включает три главных раздела: 1) описательную статистику, позволяющую описывать, подытоживать и воспроизводить в виде таблиц или графиков данные того или иного распределения, вычислять статистические его характеристики; 2) индуктивную статистику, служащую для проверки того, можно ли распространить результаты, полученные на данной выборке, на всю популяцию, из которой взята выборка; 3) измерение корреляции, которая позволяет узнать, насколько связаны между собой две переменные, чтобы можно было предсказывать возможные значения одной из них, если мы знаем другую.

СТРАСТИ – абсолютно доминирующие чувства, которые захватывают человека и владеют им. Это, как правило, сильно выраженное увлечение человека чем-либо или кем-либо, сопровождающееся глубокими эмоциональными переживаниями, связанными с соответствующим объектом.

СТРАХ – отрицательная эмоция, проявляющаяся при получении субъектом информации о реальной или воображаемой опасности. Страх – способ активности и защиты от сильных потрясений. Страх выражается в затруднении дыхания, дрожании тела, в расширении зрачков и пр.

СТРЕМЛЕНИЕ – волевая форма направленности. Стремление собирательное явление, то есть включает влечение, желание, намерение и т.д.

СТРЕСС (англ. stress – напряжение, давление) – состояние напряжения, возникающее под влиянием сильных воздействий. Стресс, по утверждению Г Селье, есть неспецифический ответ организма на любое предъявленное ему требование.

Стресс – реакция комплексная и не зависит от того, что его вызывает. Проявляется в несвязности речи, растерянности, нарушении памяти и пр. Протекает в три этапа (Г. Селье): 1) тревога – мобилизация всех сил организма; 2) стабилизация – ситуация закрепляется, идет перерасход адаптационных сил; 3) истощение, если ситуация продолжает сохраняться. В результате ухудшение самочувствия, заболевание и смерть. Люди по-разному переживают стресс (стресс льва или кролика). Есть люди стрессоустойчивые. В психологии выделяют разные виды стресса: физиологический, психический, информационный и эмоциональный.

СТРЕСС ИНФОРМАЦИОННЫЙ – возникает в ситуации значительных информационных перегрузок, когда человек не справляется с задачей переработки поступающей информации и не успевает принимать правильные решения в требуемом темпе, особенно при высокой ответственности за последствия принятых решений.

СТРЕСС ПСИХИЧЕСКИЙ– состояние организма, возникающее в процессе взаимодействия индивида с внешней средой, сопровождающееся значительным эмоциональным напряжением в условиях, когда нормальная адаптивная реакция оказывается недостаточной. Психический стресс, в свою очередь, делят на информационный и эмоциональный.

СТРЕСС ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЙ – реакция организма на угрожающую ситуацию (боль, потеря крови, нарушение дыхания и пр.).

СТРЕСС ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ – возникает при эмоциональных перегрузках, возникновение его большинство авторов связывают с ситуациями угрозы, опасности, обиды и т.д.

СТЫД – социальная эмоция, которая выражает осознание субъектом несоответствия своих поступков, мыслей, внешности ожиданиям других

людей и собственных представлений. «Стыд – это гнев, направленный внутрь» (К.Маркс).

СТЫДА ПЕРЕЖИВАНИЕ – показатель осуждения своих поступков и стремления исправить их. Переживая стыд, человек прячет глаза, отворачивается или опускает голову, краснеет и т.д.

СТЯЖАТЕЛЬСТВО – поведенческая особенность, которая выражается в стремлении обладать вещами или копить их.

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

СУБЛИМАЦИЯ – направление энергии инстинкта на выполнение видов деятельности, не связанных с прямым удовлетворением потребности.

СУБТЕСТ – небольшой тест, входящий в состав основного.

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

Например: общее суждение – «Все студенты учатся»;

частное – «Студент И. опоздал на лекцию»;

истинное – «Завтра будет новый день»,

ложное – «Лучше запоминается середина ряда».

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

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

СУПЕРЭГО (сверх «Я») – психическая структура, содержащая социальные нормы, установки, моральные ценности общества.

СУЩНОСТЬ – сердцевина вопроса, центральный, наиболее значимый аспект ситуации или коммуникации.

ТАЛАНТ – высокий уровень развития способностей, чаще специальных, обеспечивающий достижение выдающихся успехов в том или ином виде деятельности. Талант достигает высоких результатов общего значения, но в пределах уже известных идей и направлений (М.В. Суворов, Л.С. Выготский).

ТЕЗАУРУС – словарь или свод данных, полностью охватывающий термины, понятия какой-нибудь специальной сферы, в нашем случае – сферы психологической науки.

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

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

ТЕМПЕРАМЕНТ– совокупность индивидуальных особенностей человека, характеризующих динамическую и эмоциональную сторону его деятельности и поведения.

ТЕОРИЯ ОППОНЕНТНОГО ЦВЕТА– зрительная система состоит из двух типов чувствительных к цвету элементов. Один элемент реагирует на красную или зеленую часть спектра, другой – на синюю или желтую. Отвечая на внешние воздействия, один из оппонентов цветов может или перевешивать другой, или находиться с ним в равном положении. Скажем, в паре синий – желтый перевешивает синий, а в паре красный – зеленый – красный. Мы будем видеть смесь красного и синего, то есть фиолетовый цвет. Если одна пара сбалансированна, а другая – нет, мы будем видеть один из чистых цветов. Если обе пары между собой сбалансированы, то мы не будем видеть никакого цвета. Эта теория конкурирует с трихроматической теорией.

ТЕОРИЯ ОТРАЖЕНИЯ – основа научной психологии, рассматривающая психические явления как одну из форм отражения действительности. Психическое отражение, регулируя поведение субъекта, обеспечивает его взаимосвязь со средой.

ТЕРМИНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ – предназначенные для ввода и вывода информации.

ТЕСТИРОВАНИЕ – исследование с помощью тестов.

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

ТИП ИНТУИТИВНЫЙ – характеризуется преобладанием эмоций над логикой и доминированием правого полушария головного мозга над левым.

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

ТРАДИЦИОННЫЙ – прошлый.

ТРАНСПЕРСОНАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ (лат. trans – через, persona – личность («Я»)) – выход за пределы личности, себя) – одно из направлений современной психологии. Она изучает сознание в широком спектре его проявлений: множественность состояний сознания, духовный кризис, околосмертные переживания, развитие

интуиции, творчества, высшие состояния сознания, личностные ресурсы, парапсихологические феномены, описывает предельные возможности психики человека (космическое состояние), переживания человека, которые могут привести человека к смене фундаментальных ценностей, духовного перерождения. Это переживание момента рождения и смерти. Она опирается на целостное видение человека в перспективе его духовного роста, классическую и

неклассическую философскую антропологию, мировые духовные традиции, разнообразные способы самопознания и психотерапии, такие как медитация, холотропное дыхание, телесно ориентированная психотерапия, терапия искусством, работа со сновидениями, активное воображение и т.д. Лидерами современной трансперсональной (надличностной) психологии являются С. Гроф, К. Уилбер, Ч. Тарт и другие.

ТРЕВОГА – ощущение неосознанной угрозы, чувство опасения и тревожного ожидания или чувство неопределенного беспокойства.

ТРЕВОЖНОСТЬ – склонность индивида к переживанию тревоги, состояние осознанного или неосознанного ожидания воздействия стрессора, фрустратора. Тревожность обычно предшествует страху.

ТРИХРОМАТИЧЕСКАЯ теория цветового зрения – существует три разных типа рецепторов (колбочек), ответственных за цветовое зрение. Каждый из этих трех типов рецепторов обладает чувствительностью в широком диапазоне длины световой волны (длина световой волны связана с ощущением того или иного цвета), но в то же время разные типы колбочек специализируются на восприятии определенных цветов (синего, зеленого и красного): одни обладают наилучшей чувствительностью в одной части диапазона длины волны, другие – в другой его части, третьи – в третьей. Свет определенной длины волны стимулирует каждую из трех групп рецепторов в неодинаковой степени, что и дает ощущения разных цветов и оттенков. К сожалению, эта теория не объясняет многих экспериментально полученных фактов из области цветового зрения.

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

У

УБЕЖДЕНИЕ – высшая форма направленности– система мотивов личности, побуждающих ее поступать в соответствии со своими взглядами, принципами, мировоззрением.

УДИВЛЕНИЕ– не имеющая четко выраженного положительного или отрицательного знака эмоциональная реакция на внезапно возникшие обстоятельства. Удивление служит для погашения существующей активности нервной системы для подготовки организма к активности в новой ситуации.

Мимическое выражение удивления: брови высоко подняты, глаза расширяются и округляются, приоткрытый рот принимает овальную форму.

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

УМ, РАЗУМ – способность обобщать данные чувственного опыта и вырабатывать новые понятия. Ум ориентирован на социальные ценности высшего уровня и связан с социально значимыми качествами личности. В этом случае мыслительный процесс способствует формированию теоретических знаний и творческого преобразования действительности.

УМЕНИЕ – способность осознанно выполнять определенное действие. Составляет основу мастерства.

УМОЗАКЛЮЧЕНИЕ – форма мышления, представляющая собой формирование новых суждений на основе имеющихся. Это связь двух суждений, из которых одно – условие (посылка), а другое – заключение

(следствие). Умозаключение позволяет решать проблемы, не имея непосредственной чувственной информации. Например: «Если идет снег – значит, холодно».

УМСТВЕННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ – включает: перцептивную, мнемическую, мыслительную, имажетивную.

УМСТВЕННАЯ ОТСТАЛОСТЬ – состояние задержанного или неполного развития психики, которое характеризуется нарушением способностей (когнитивных, речевых, моторных и социальных), обеспечивающих общий уровень интеллектуальности.

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

УПРАЖНЕНИЕ – способ формирования действия, опирающийся на тренировку.

УПРЯМСТВО – упрямый человек всегда старается настоять на своем, несмотря на нецелесообразность данного действия, руководствуется не доводами разума, а личными желаниями вопреки их несостоятельности.

УРОВЕНЬ ПРИТЯЗАНИЙ – желаемая самооценка (К. Левин). Уровень притязаний – установка личности на определенный статус, успех, результат деятельности, находящаяся в зависимости от уровня самооценки личности.

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

УСТОЙЧИВОСТЬ ВНИМАНИЯ – способность в течение длительного времени сохранять состояние внимания на каком-либо объекте, предмете деятельности, не отвлекаясь и не ослабляя внимания. Об устойчивости

внимания можно судить по преимущественному появлению ошибок в начале деятельности или в конце или они распределены равномерно.

УТОМЛЕНИЕ – временное снижение работоспособности под влиянием длительного воздействия нагрузки (физической или интеллектуальной и др.). Проявляется утомление в повышении инертности нервных процессов (на физиологическом уровне), в снижении чувствительности, нарушении памяти, внимания, сдвигах в эмоциональной сфере и др. (на психологическом уровне), а также в снижении производительности труда, умений, скорости и точности деятельности (на поведенческом уровне).

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

Ф

ФАНАТИЗМ – страстная убежденность.

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

ФОБИЯ – навязчивый страх.

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

ФРУСТРАЦИЯ (англ. *frustration* – расстройство, срыв планов, крушение) – специфическое, эмоциональное состояние, которое возникает в тех случаях, когда человек на пути достижения цели сталкивается с препятствиями и сопротивлениями, которые или реально непреодолимы, или воспринимаются как таковые. Это одна из форм стресса, переживание неудачи, сопровождающееся чувством безысходности в достижении желаемой цели. Поведение в состоянии фрустрации может быть как конструктивным, так и неконструктивным. Конструктивное поведение характеризуется усилением мотивации, пересмотром ситуации, адаптивными

стремлениями. Неконструктивное – разными видами агрессии, самоуспокоением и др.

Х

ХАРАКТЕР {греч. *charakter* – черта, особенность) – 1) совокупность индивидуальных, устойчивых стереотипов поведения, штампов эмоциональных реакций, стиля мышления, сложившихся в процессе социализации и зафиксированных в привычках и манерах, в системе взаимоотношений с окружающими; 2) характер – это совокупность морально–нравственных и волевых свойств человека (Что он есть).

ХАРАКТЕРА АКЦЕНТУАЦИИ – яркая выраженность группы черт характера, не приводящая еще к социальной дезадаптации. Акцентуации характера накладывают отпечаток на поведение личности, а при неблагоприятных условиях могут переходить в болезни (психопатии). Со временем они могут исчезнуть, но могут и проявиться вновь. Акцентуации характера можно расположить на границе между нормой и патологией. Они отличаются от патологии тем, что: 1) проявляются не всегда и не везде, а только в трудных ситуациях; 2) не нарушают социальной адаптации или нарушение носит временный характер; 3) в определенных ситуациях могут даже способствовать адаптации.

ХАРАКТЕР АСТЕНИЧЕСКИЙ – уклонение от любой ответственности, растворение и подчинение собственных потребностей в потребностях других, повышенная эмотивность и др.

ХАРАКТЕР ИСТЕРИЧЕСКИЙ – повышенная эмоциональность и впечатлительность, жажда признания, аффективно–мотивационная лабильность и пр.

ХАРАКТЕР ПАРАНОЙЯЛЬНЫЙ – чрезмерная чувствительность к неудачам и отказам со стороны окружающих, подозрительность, поиск тайного, угрожающего смысла в поступках окружающих и др.

ХАРАКТЕР ПСИХОСТЕНИЧЕСКИЙ – застенчивость, смущение, нерешительность, робость, мнительность и пр. Вариантом этого типа характера является тревожный (озабоченность критикой в свой адрес и др.).

ХАРАКТЕР РЕЦЕПТИВНЫЙ – термин Э.Фромма для обозначения индивида, который чрезмерно пассивен и требует большой поддержки и руководства со стороны других.

ХАРАКТЕР СОЦИАЛЬНЫЙ – совокупность существенных черт, свойственных определенной группе людей и являющихся продуктом общественного развития в данной культуре.

ХАРАКТЕР ШИЗОИДНЫЙ – ориентация на внутренние ощущения и переживания, замкнутость, нелюдимость, необщительность, неспособность переживать яркие эмоции и пр.

ХАРАКТЕР ЭПИЛЕПТОИДНЫЙ – эмоциональная ригидность, склонность застревать на каких-либо эмоциях, педантизм, склонность следовать нормам.

ХОЛИЗМ – принцип, постулирующий невыводимость свойств целого из свойств компонентов и признающий целостность первичным началом.

ХРОМАТИЧЕСКИЕ ЦВЕТА – красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, синий, фиолетовый. При ахроматическом зрении действуют «колбочки».

ц

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

ЦЕЛЕУСТРЕМЛЕННОСТЬ – сознательная и активная направленность личности на достижение определенного результата деятельности.

ЦЕННОСТИ – система отношений личности к социально-политическим и нравственным нормам общества.

ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ – система отношений личности к социально-политическим и нравственным нормам общества.

ч

ЧЕЛОВЕК (*Homo sapiens* – человек разумный) – род *Homo* отряда приматов, из которых единственным выжившим видом является *Homo sapiens*. Понятие «человек» означает принадлежность к человеческому роду.

ЧЕРТА – предрасположенность человека вести себя сходным образом в разное время и в различных ситуациях.

ЧУВСТВА – наиболее устойчивые переживания человека, возникающие при удовлетворении или неудовлетворении социальных потребностей (любовь, гордость, ненависть, мировоззренческие чувства и др.). Отличительными особенностями чувств являются их осознанность, предметность и обобщенность.

ЧУВСТВА ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЕ – чувства, связанные с познавательной деятельностью и регулирующие интеллектуальную активность личности. К этим чувствам относят чувства интереса, удовлетворения от интеллектуальной деятельности, любви к истине, сомнения, удивления, юмора и пр. Интеллектуальные чувства позволяют преодолевать трудности, поддерживают стремления к поиску истины. Поэтому так поразительна работоспособность у некоторых ученых.

ЧУВСТВА МОРАЛЬНЫЕ (нравственные) – переживание человеком его отношения к другим людям, к обществу, к правилам и нормам общежития. Возникают при сравнении явлений действительности с общественными нормами после их принятия. К положительным моральным чувствам относят чувства доброжелательности, жалости, нежности, симпатии, дружбы, товарищества, коллективизма, патриотизма, долга и т. д. К отрицательным моральным чувствам относят чувства индивидуализма, эгоизма, вражды, зависти, злорадства, ненависти и т. д.

ЧУВСТВА ПРАКТИЧЕСКИЕ (праксические) (греч. *prakticos* – деяние, деятельность) – чувства, связанные с деятельностью человека (досада, удовольствие, творческий подъем и пр.).

ЧУВСТВА ЭСТЕТИЧЕСКИЕ – своеобразная окраска ощущений, характеризующих наше отношение к отдельным качествам предмета.

Переживание прекрасного и уродливого в природе, жизни, искусстве, человеке и др. Связаны с пониманием гармонии, возвышенного, трагического, комического. Огромное влияние на эмоциональные состояния человека оказывает искусство. Так, чувство трагического проявляется у человека при сопереживании трагических ситуаций других людей (катарсис).

ЧУВСТВЕННЫЙ ТОН – простейшая форма эмоций. Это положительные или отрицательные переживания, сопровождающие отдельные жизненно важные воздействия (вкусовые, температурные и др.) и побуждающие индивида к их сохранению или устранению.

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

ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ АБСОЛЮТНАЯ – способность ощущать едва заметные, слабые раздражения.

ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ АБСОЛЮТНЫЙ ПОРОГ (верхний) – максимальная интенсивность раздражителя, при которой он еще воспринимается в своей модальности или вообще не воспринимается.

ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ АБСОЛЮТНЫЙ ПОРОГ (нижний) – минимальная величина раздражителя любой модальности, при котором впервые возникает ощущение.

ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ ОТНОСИТЕЛЬНЫЙ ПОРОГ (разностный или дифференциальный) – минимальное различие между раздражителями, которое дает едва заметное различие ощущений.

ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ ОТНОСИТЕЛЬНАЯ (разностная, дифференциальная) – способность ощущать слабые различия между раздражителями одной модальности.

э

ЭВОЛЮЦИЯ – процесс накопления изменений в структуре взаимодействующих объектов и отбора новых форм по их адаптивной ценности.

ЭВРИСТИКА – метод поиска, который со значительной вероятностью позволяет отбирать наиболее удачные способы решения задачи

ЭГО («Я») – совокупность преимущественно осознаваемых человеком познавательных и исполнительных функций психики.

ЭЙФОРΙΑ – психическое состояние (настроение), которое характеризуется беспечностью, безмятежностью, благодушием, беззаботностью и в то же время безразличным отношением к серьезным сторонам и явлениям жизни. Эйфорическое состояние обладает наркотическими свойствами – оно активизирует психику, и к нему человек привыкает. Чтобы вызвать его, человеку нужны алкоголь, наркотики, а артисту или спортсмену – зрители.

ЭГОЦЕНТРИЗМ (лат. ego – и – centrum – центр круга) – черта личности, проявляющаяся в преувеличенном подчеркивании своего «Я», крайнем эгоизме, неспособность индивида изменить свою позицию по отношению к чужому мнению, встать на чужую точку зрения даже перед лицом противоречащей его мнению информации. Эта черта свойственна детям на определенном этапе развития мышления (2–7 лет).

ЭКЗИСТЕНЦИОНАЛЬНО–БЫТИЙНЫЕ СВОЙСТВА ЛИЧНОСТИ – свойства, связанные с целостным представлением личности о самой себе (самоотношение), о своем «Я», о смысле бытия, об ответственности, о предназначении в этом мире.

ЭКСПЕРИМЕНТ в психологии (лат. experimentum – проба, опыт) – основной метод психологии, опирающийся на точный учет изменяемых

независимых переменных, влияющих на зависимую переменную. Это создание оптимальных условий для изучения психических явлений. Он предполагает целенаправленное вмешательство ученого в исследовательскую ситуацию. Для проведения эксперимента подбираются конкретные диагностические методики и методы, совокупность которых называют методикой исследования.

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

ЭКСПЕРИМЕНТ ЕСТЕСТВЕННЫЙ– психологический эксперимент, включенный в игровую, трудовую или учебную деятельность.

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

ЭКСПЕРИМЕНТ ФОРМИРУЮЩИЙ (ОБУЧАЮЩИЙ) – метод психологии, при котором имеет место планомерное формирование требуемого психического процесса или качества личности.

ЭКСПРЕССИЯ – внешнее проявление эмоций, выразительность; сила проявления чувств.

ЭКСПРЕССИВНОСТЬ – значительная выраженность эмоций через мимику, жесты, голос, двигательные реакции.

ЭКСТАЗ – наивысший уровень «приподнятости» эмоций, экзальтация.

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

ЭКСТРАВЕРСИЯ – ориентация личности на объект, на внешний мир.

ЭКСЦЕНТРИЧНЫЙ – страстный.

ЭМОТИВНОСТЬ (лат. *emoveo* – возбуждать) – повышенная чувствительность, при которой эмоциональные реакции наступают быстро,

достигают большой силы и нередко оказываются чрезмерно продолжительными. Синоним – эмоциональность.

ЭМОЦИИ (лат. *emovere* – потрясаю, волну) – особый класс психических явлений, протекающих в форме переживаний, отражающих отношение человека к удовлетворению или неудовлетворению актуальных его потребностей.

Эмоции проявляются в мимике, жестах, интонациях голоса, двигательных реакциях (экспрессия) и в физиологических явлениях: изменении дыхания, сердцебиения и пр. (импрессия). Они сопровождают все виды активности (деятельность, поведение, психические процессы и состояния). Эмоции охватывают почти весь организм, производя почти моментальную интеграцию (объединение в целое) всех функций организма (П.К. Анохин).

В биологической эволюции эмоции возникли как средство, позволяющее живым существам определять биологическую значимость состояний организма и внешних воздействий.

ЭМОЦИИ АСТЕНИЧЕСКИЕ – действуют противоположно стеническим. Обычно человек переживает либо положительную, либо отрицательную эмоцию. Однако возможна и амбивалентность.

ЭМОЦИИ БАЗОВЫЕ (эмоции в узком смысле), собственно эмоции – носят ситуативный характер, выражают оценочное отношение к складывающимся или возможным ситуациям. Они кратковременны, достаточно сильно выражены, причины возникновения у человека достаточно хорошо осознаются. Эти эмоции хорошо изучены и среди них выделены 10 базовых (основных) (К. Изард). Каждая базовая эмоция лежит в основе целого спектра состояний. К базовым эмоциям относят радость, удивление, интерес, печаль, гнев, отвращение, презрение, страх, стыд, вину.

ЭМОЦИИ ВЫСШИЕ – социально обусловленные эмоции, связанные с общественными отношениями. Присущи только человеку.

ЭМОЦИИ НИЗШИЕ – эмоции, связанные с удовлетворением органических потребностей, так называемые общие ощущения (голод, жажда и т.д.). Эти эмоции присущи и животным, и человеку.

ЭМОЦИИ СТЕНИЧЕСКИЕ (греч. sthenos – сила) – эмоции повышающие активность, вызывают прилив энергии и подъем.

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ВОЗБУДИМОСТЬ – эмоциональная готовность эмоционально реагировать на значимые для человека раздражители. Проявляется в раздражительности, вспыльчивости.

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ГЛУБИНА – интенсивность переживаний, сила эмоций.

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ЛАБИЛЬНОСТЬ–РИГИДНОСТЬ – эмоциональная лабильность (подвижность, переключаемость) характеризуется тем, что человек, быстро реагируя на смену ситуаций, обстоятельств и партнеров, свободно выходит из этих эмоциональных состояний и входит в другие. Эмоциональная ригидность отличается косностью эмоций, их стабильностью.

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ОТЗЫВЧИВОСТЬ– восприимчивость, чувствительность, близка по смыслу к эмоциональной возбудимости.

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ характеризуется эмоциональной невозмутимостью, слабой впечатлительностью, то есть отсутствием реакции на эмоциогенные раздражители.

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ – психическое состояние здоровых людей, находящихся в интенсивном и тесном общении с клиентами, пациентами в эмоционально насыщенной атмосфере при оказании профессиональной помощи.

Может возникать в замкнутых рабочих коллективах, выполняющих длительное время (до полугода) совместную деятельность. Эмоциональное выгорание проявляется в эмоциональном и/или физическом истощении: ощущении эмоционального напряжения и чувстве опустошенности. При этом возникает равнодушное и даже негативное отношение к людям,

обслуживаемым по роду работы, следствиями чего являются раздражительность и конфликтность. Эмоциональное выгорание приводит также к снижению продуктивности труда, самооценки своей компетентности, росту недовольства собой и негативному отношению к себе как личности.

ЭМПАТИЯ – способность сочувствовать, сопереживать. Сопереживание – переживание субъектом тех же чувств, которые испытывает другой. Сочувствие – отзывчивое, участливое отношение к переживаниям, несчастью другого (выражение сожаления, соболезнования и т.п.).

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

ЭПИСТЕМОЛОГИЯ – отрасль философии, которая изучает происхождение, характер, методы и пределы человеческого знания.

ЭРГИЧНОСТЬ – выносливость нервной системы (В.М. Русалов).

ЭРГОНОМИКА – наука о «соответствии» деятельности и людей друг другу, изучающая связи между анатомией, физиологией и психологией индивида и требованиями, предъявляемыми определенными видами деятельности.

ЭТИМОЛОГИЯ – наука, изучающая происхождение и развитие лингвистических форм.

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

ЭФФЕКТ «ГОРЬКОЙ КОНФЕТЫ» – ребенок–дошкольник получает от экспериментатора практически невыполнимое задание: не вставая со стула, достать удаленный привлекательный предмет. Экспериментатор оставляет ребенка и наблюдает за ним из соседней комнаты. После безуспешных попыток ребенок встает, берет предмет и возвращается на место. Экспериментатор хвалит его и предлагает в награду конфету. Ребенок отказывается от конфеты, а после повторных предложений начинает плакать. Конфета оказывается для него «горькой». Это говорит о том, что ребенок уже начинает, но еще не до конца, подчинять свои мотивы (взять конфету) социальным нормам (делать, как сказано – не вставая со стула).

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

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

ЭФФЕКТ ГЕНЕРАЦИИ – люди лучше запоминают то, что делают и придумывают. Собственные идеи сохраняются в сознании без усилий, произвольно.

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

ЭФФЕРЕНТНЫЙ НЕРВНЫЙ ПУТЬ – нервный путь, проводящий нервные импульсы из центральной нервной системы к исполнительному органу.

я

Я–ЗЕРКАЛЬНОЕ – представление о том, каким человека воспринимают другие.

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

Я–ИДЕАЛЬНОЕ – представления о том, каким человек хочет быть; (по К. Роджерсу) совокупность мыслей, чувств и переживаний, которые человек хотел бы иметь для реализации своего личностного потенциала.

Я–КОНЦЕПЦИЯ, САМОСОЗНАНИЕ – совокупность всех представлений индивида о себе, сопряженная с их оценкой (Р. Берне). В основе самосознания – способность человека отличать себя от своей собственной жизнедеятельности.

Я–ОБРАЗ – знания и представление личности о себе, о своих физических свойствах, способностях, качествах.

Я–РЕАЛЬНОЕ – представление о том, каким человек является сейчас; (по К. Роджерсу) совокупность мыслей, чувств и переживаний «здесь и сейчас».

Я–ФАНТАСТИЧЕСКОЕ – представление о том, каким человек мог бы быть, если это было возможно.

Литература

1. Ануфриев А.Ф. Психологический диагноз: система основных понятий. – М.: МГОПИ, Изд-во «Альфа», 1995. – 160 с.
2. Асмолов А.Г. Психология личности: Учебник. – М.: Изд-во МГУ, 1990. – 367 с.
3. Барабанщиков В.А. Психология восприятия: Организация и развитие перцептивного процесса. – М.: Когнито–Центр; Высшая школа психологии, 2006. – 240 с. (Университетское психологическое образование)

4. Блейхер В.М., Крук И.В. Толковый словарь психиатрических терминов: В 2 т. // Под ред. канд. мед. наук Бокова С.Н. – Ростов на Дону, 1996 – Т. 1 – 480 с, Т. 2. – 448 с.
5. Роберт А. Большой толковый психологический словарь: В 2 т. / Пер. с англ. – М.: Вече, АСТ, 2000. – Т. 1 (А–О) – 592 с; Т. 2 (П–Я) – 560 с.
6. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии: Информ.–метод. Пособие к курсу «Психология человека». 3–е изд. – М.: Педагогическое общество России, 2003. – 276 с: ил. 260.
7. Герасимова В.С. Методика преподавания психологии: Курс лекций. – М.: Ось–89, 2005. – 112 с.
8. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. Курс лекций. – М.: ЧеРо, 1996. – 336 с.
9. Годфруа Ж. Что такое психология: В 2–х т. / Пер. с фр. Н.Н. Алипова; Под ред. Г.Г. Аракелова. – М.: Мир, 1996. – 370 с.
10. Дружинин В.Н. Психология общих способностей. – СПб.: Питер Ком, 1999. – 368 с. (Серия «Мастера психологии»)
11. Изард К.Э. Психология эмоций /Пер. с англ. – СПб.: Питер, 1999. – 464 с: Ил. (Серия «Мастера психологии»)
12. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. – СПб.: Питер, 2002.– 512 с. (Серия «Мастера психологии»).
13. Ильин Е.П. Психология воли. – СПб.: Питер, 2002. – 288с: ил. (Серия «Мастера психологии»).
14. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. – СПб.: Питер, 2002.– 752 с: ил. (Серия «Мастера психологии»).
15. История психологии в лицах. Персоналии /Ред.–сост. Л.А. Карпенко. Под общ. ред. А.В. Петровского. – М.: ПЕРС СЭ, 2005. – 784 с.
16. Конюхов Н.И. Словарь–справочник. М. – 160 с.
17. Когнитивная психология. Учебник для вузов /Под ред. В.Н. Дружинина, Д.В. Ушакова. – М.: ПЕР СЭ, 2002. – 480 с.

18. Крысько В.Г. Психология и педагогика в схемах и таблицах.– Мн.: Харвест, М.: АСТ, 2000. – 384 с.
19. Леонтьев А.Н. Проблемы развития психики. – М.: Наука, 1985. – 73 с.
20. Майерс Д. Психология /Пер. с англ. И.А. Карликов, В. А. Старовойтова; Худ. обл. М.В. Драко. – Мн,: Попурри, 2001. – 848 с.
21. Маклаков А.Г. Общая психология.– СПб., 2000.– 592 с.:ил. (Серия «Учебник нового века»)
22. Марциновская Г.Д., Ярошевский М.Г. 100 выдающихся психологов мира. – М.: Изд-во Института практической психологии. Воронок: НП «МОДЕКС», 1996. –320 с.
23. Немов Р.С. Психология. Учебные для студентов высш. пед. учеб. заведений. В 2 кн. Кн.1. Общие основы психологии. – М.: Просвещение: Владс, 1994 и посл. издания. – 576 с.
24. Петровский А.В., Брушлинский А.В., Зинченко В.П. и др. Общая психология: Учеб. для студентов пед. ин-тов / Под ред. А.В. Петровского. – 3–е изд., перераб. и доп. – М.: Просвещение, 1986. – 464 с, ил.
25. Общая психология. Словарь // Под ред. А.В. Петровского // Психологический лексикон. Энциклопедический словарь в шести томах /Ред.– сост. Л.А. Карпенко; Под общ. ред. А.В.Петровского. – М.: ПЕР СЭ, 2005. – 251 с.
26. Педагогический энциклопедический словарь /Гл. ред. Б.М. Бим–Бад; Редкол.: М.М. Безруких, В.А. Болотов, Л.С. Глебова и др. – М.: Большая Российская энциклопедия, 2003. – 528 с: ил.
27. Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Теоретическая психология: Учебное пособие для студентов психол. фак. высш. учеб. заведений. – М.: Академия, 2003. – 496 с.
28. Платонов К.К. Краткий словарь системы психологических понятий: Учеб. пособие для учеб. заведений профтехобразования. – 2–е изд., перераб. и доп. М.: Высш.шк., 1984. – 174 с.

29. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Уч. пособие. / Ред.–состав. Д.Я. Райгородский. – Самара, 1998 и послед. изд. – с.
30. Психологический словарь / Под ред. В.В. Давыдова, А.В. Запорожца, Б.Ф. Ломова и др. – М.: Педагогика, 1983. – 448 с, ил.
31. Психология. Словарь / Под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. – 2–е изд. испр. И доп. – М.: Политиздат, 1990. – 494 с.
32. Психология: Учебник для гуманитарных вузов / Под ред. В.Н. Дружинина. – СПб.: Питер, 2003. – 651 с.:ил. (Серия «учебник нового века»).
33. Психология: Учебник. – М.: Проспект, 1999. – 584 с. (Коллектив авторов)
34. Ратанова Т.А., Домашенко И.А. Психология человека: Учебник для студентов всех специальностей педагогических вузов. – М., 1999.
35. Рогов Е.Н., Скрипкина Т.П. Общая психология: курс лекций первой ступени педагогического образования. – Ростов на Дону, 1995. – 464 с.
36. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – 4–е изд. – СПб.: Питер, 2002; – 720 с. (Серия «Мастера психологии»)
37. Сапогова Е. Задачи по общей психологии: Учебное пособие для вузов. – М.: Аспект Пресс, 2001. – 447 с.
38. Словарь практического психолога / Сост. СЮ. Головиню – Минск: Харвест, 1997.– 800 с.
39. Словарь–справочник по возрастной и педагогической психологии / Под ред. М.В. Гамезо. – М.: Педагогическое общество России, 2001. – 128 с.
40. Соколова Е.Е. Тринадцать диалогов о психологии. Хрестоматия с комментариями по курсу «Введение в психологию». – 3–е изд. М.: Смысл, 1997. – 653 с.
41. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности (Основные положения, исследования и примечание). – СПб. Питер Пресс, 1997. – 608 с. (Серия «Мастера психологии»)
42. Юрчук В.В. Современный словарь по психологии / Авт.–сост. В.В. Юрчук. – Мн.: Элайда, 2000. – 704 с.