ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОГО ТРАНСПОРТА

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

 «Петербургский государственный университет путей сообщения

Императора Александра I»

(ФГБОУ ВО ПГУПС)

**Кафедра «Прикладная психология»**

**Е.Ф. Ященко**

**ФТД.03 «Проблемы общей и социальной психологии»**

**Конспект лекций для обучающихся**

по направлению подготовки

37.04.01 «Психология»

по магистерской программе

 «Организационная психология»

Форма обучения – очная

Санкт-Петербург

2022

**Раздел I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ПРИКЛАДНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ОБЩЕЙ ПСИХОЛОГИИ**

**Лекция 1. Основы общей психологии: предмет, объект и задачи общей психологии, технологии работы с разными социальными группами; инфраструктура муниципального образования, ресурсы местного сообщества для поддержки отдельных лиц и социальных групп; документоведение.**

**План**

1. **Понятие о психологии. Что такое психика?**
2. **Структура современной психологии.**

**3. Трансформация предмета психологии.**

**4. Направления психологии.**

**5. Понятие о методе.**

**6. Классификация методов.**

Основные термины*: психология, психика, неосознаваемые психические явления, бессознательное, подсознание, предсознание, сверхсознание, осознаваемые психические явления, сознание, психический процесс, психическое состояние, свойство личности, функции психики, ассоцианизм, структурализм, дуализм, эмпиризм, сенсуализм, бихевиоризм, гештальтпсихология, когнитивная психология, генетическая психология, глубинная психология, фрейдизм, психоанализ, гуманистическая психология, позитивная психология, индивидуальная психология, аналитическая психология, этнопсихология, эргономика, нейропсихология, культурно-историческая психология, психологическая теория деятельности, психотехника, психофизика, парапсихология, этопсихология, механизмы психологической защиты; метод, методика, методология, диалектико-материалистический метод, наблюдение, беседа, тест (виды), эксперимент (виды), интервью, анкета.*

1. Что изучает психология? Психология изучает факты, механизмы и закономерности развития и функционирования психики. Психология изучает психику в закономерностях ее развития.

**Психология** (от греч. *psyche* – «душа», *logos* – «учение, наука») – наука о закономерностях развития и функционирования психики как особой формы жизнедеятельности, изучающая мир субъективных (душевных) явлений, процессов и состояний, осознаваемых самим человеком или неосознаваемых им. Психология – наука о самом сложном, о свойствах самой высокоорганизованной материи – мозга. Аристотель утверждал, что среди всех знаний науке о душе надо отвести самое центральное место, так как это «наука о наиболее возвышенном и удивительном».

Согласно классификации наук философа Б. М. Кедрова, психология занимает центральное место в системе наук и расположена в середине условного треугольника, углы которого отведены философии, общественным наукам и естествознанию (Б. М. Кедров, 1981). Между полюсами философии и естествознания расположены математические науки, между естествознанием и общественными науками – технические науки и медицина, а между общественными науками и философией – педагогика. В ряду дисциплин психология занимает особое, центральное место, а человек – центр изучения всех наук.

Психика имеет следующие функции (рис. 1), виды психических явлений (рис. 2) и уровни функционирования психики (рис. 3).

**Психология** – это «наука о душе», а «душа» и «психика», с лингвистической точки зрения, одно и то же, т. е. обозначают одни и те же «душевные» явления соответственно на русском и греческом языках; однако с развитием культуры и науки значения этих понятий разошлись, хотя в языке много сохранилось слов от корня «душа» (душевность, душевный), а психология стала наукой не о душе, а о психике.

**Функции психики**

Отражательная

Регуляторная

Адаптивная

Познавательная

Прогностическая

Рис. 1. Функции психики

**Виды психических явлений**

**Процесс**

**Состояние**

**Свойство**

Рис. 2. Виды психических явлений

**Уровни психики**

**Неосознаваемые психические**

**явления**

**Осознаваемые**

**психические**

**явления**

Рис. 3. Уровни функционирования психики

**Психика – это предмет психологии.** Психика включает в себяпсихические явления, представляющие собой психические процессы, психические состояния и свойства личности.

Психика – это свойство мозга, заключающееся в его способности отражать окружающую действительность, субъективный образ объективного мира.

**Осознаваемые психические явления** представляют собой такой уровень функционирования психики, как сознание. Понятие сознания ýже понятия психики, оно совпадает с субъективным компонентом психики человека.

**Сознание** – это высший уровень развития психики, высшая форма интеграции психической деятельности, высший уровень психического отражения действительности, присущий только человеку как общественно-историческому существу, вербализованная картина мира. Здоровый человек может задуматься о том, кто он такой, что он есть в окружающем мире, во времени; он способен самоопределиться, выделить себя из окружающего мира, планировать свое будущее, оценивать и контролировать свои поступки. Физиологической основой сознания являются лобные доли.

Ф. В. Бассин предлагал признать устаревшими и псевдонаучными понятия идеалистической психологии – термины «бессознательное» и «подсознательное» в применении к психическим явлениям. Он считал, что вместо этого лучше говорить о **неосознанных явлениях человеческой психики**(Бассин Ф. В. Проблема «бессознательного». (О неосознаваемых формах высшей нервной деятельности. – М., 1968. – С. 131, 167). Психические явления у человека могут быть осознанны в разной степени и могут быть неосознанными. Согласно Ф. В. Бассину, у человека наблюдаются два основных вида **неосознанных психических явлений.**

Во-первых, это сознательные психические явления, имеющие субъективный компонент, еще не ставший сознанием. Примерами здесь являются не только психика младенцев, но и психика людей, страдающих тяжелыми психическими заболеваниями, а также просоночные состояния взрослого, послеобморочное состояние человека.

Во-вторых, это так называемые **вторичные автоматизмы***,* выполнение которых уже не требует участия сознания, примером чего является высокоавтоматизированный навык. Он может выполняться и осознанно, но обратное включение сознания часто приводит к ухудшению его выполнения. Эти и подобные им явления по их генезису следовало бы называть **сознательными, ставшими неосознанными.**

Аналогичную попытку предприняла и Ю. Б. Гиппенрейтер (1988), классифицировав феномены бессознательного в три больших класса:

1) неосознаваемые механизмы сознательных действий (автоматизмы и навыки, установки, идеомоторика);

2) неосознаваемые побудители сознательных действий (это, прежде всего, явления, изучаемые в психоанализе);

3) «надсознательные» психические процессы как особый тип бес­сознательного; по масштабу времени и содержанию эти процессы намного крупнее всего того, что может вместить сознание. Они проходят через сознание как бы отдельными участками, а вся «работа» протекает вне его, завершаясь неожиданным возвратом в сознательную жизнь неким интегральным продуктом, который порой меняет все ее течение (творчество, личностные кризисы, переживания крупных жизненных событий).

В целом, к **неосознаваемым психическим явлениям** относят такие уровни существования психики, как предсознание, подсознание, бессознательное, надсознание, или сверхсознание, при этом в разных теориях могут существовать разные названия.

**Предсознание** – термин психоанализа, обозначающий те восприятия, мысли и воспоминания, которые, не являясь частью нашего нынешнего осознанного опыта, остаются доступными для осознания. Это часть неосознаваемого, которая может стать сознанием. Оно расположено между бессознательным и сознанием. Предсознание подобно большому складу памяти, в котором сознание нуждается при выполнении своей повседневной работы.

**Подсознание** – такой уровень функционирования психики, который хранит в себе информацию, нéкогда осознаваемую, но вытесненную из активного сознания: это мысли о хорошо известном, навыки (автоматизированные действия, по Ю. Б. Гиппенрейтер), привычки, непроизвольные реакции, вытесненная из активного сознания негативная (обиды, стрессы) или неактуальная информация и др. З. Фрейд называл этот уровень **бессознательным**. Он пришел к выводу, что источником многих заболеваний являются неосознаваемые больными комплексы, которые, будучи вытесненными из сознания, вызывают патологические симптомы или проявляются в оговорках, описках, ошибках памяти, сновидениях, «несчастных» случаях, неврозах.

**Бессознательное** – это такой уровень функционирования психики, который содержит в себе информацию, никогда не попадающую в активное сознание: инстинкты, влечения; информацию, полученную человеком в раннем детстве до появления активного сознания (до трех лет). К бессознательномуотносятся многие инстинкты, вообще недоступные сознанию. На этом основании решающую роль в организации поведения З. Фрейд придавал бессознательному ядру психической жизни, образуемому мощными влечениями – влечением к жизни и экспансии (**либидо**) и влечением к смерти и исчезновению (**мортидо**). Такой взгляд свойственен именно психоаналитическим концепциям. У А. Адлера – другая пара: – стремление к власти, могуществу, превосходству и стремление к принадлежности, общности.

**Сверхсознание** (состояние медитации) – такой уровень функционирования психики, когда человеку доступно то, что в обычном состоянии недоступно: при полном мышечном расслаблении происходит сверхактивная работа мозга. Этого состояния возможно достичь как при полном покое, так и в профессиональной деятельности. Выдающиеся спортсмены говорят о своем каком-то необычном состоянии в тот момент, когда они совершали рекорд. К проявлениям сверхсознания можно отнести первые этапы творческого процесса (догадки, озарение, гипотезы, замыслы и др.). Физиологический механизм сверхсознания – правополушарная доминанта. П. В. Симонов считает, что сверхсознание, в отличие от подсознания, призвано не разгружать, а, напротив, нагружать сознание работой.

Существуют и другие виды неосознаваемых психических явлений, например, измененное состояние сознания, расширенное состояние сознания и др.

**Классификация психических явлений**

Наша психика существует в виде отдельных психических явлений, их три: 1) психические процессы; 2) психические состояния; 3) свойства личности.

Данную триаду сформулировал К. К. Платонов в своем труде «О системе психологии» (М. : Мысль,1972. – 216 с.) как третью подструктуру – динамики сознания:свойства личности, состояния сознания, процессы сознания – при характеристике структуры индивидуального сознания, в которой все подструктуры расположены в иерархии от высших к более элементарным.

**Процесс** – это базальная, исходная форма проявления психики, самая непродолжительная из всех, минимально динамичная, она имеет начало, фазовую динамику (совокупность изменений) и завершение в виде какого-то результата. Не у всех процессов есть конечный результат. Его нет у памяти, внимания, речи. Эти процессы называются сквозными, а их назначение заключается в обеспечении эффективного функционирования всей познавательной сферы личности в целом, в усилении работы всех других познавательных процессов.

Психические процессы могут быть:

1. Познавательными, их главное назначение – познавать окружающий мир, к ним относятся ощущение, восприятие, представление, память, внимание (по Л. М. Веккеру), воображение, мышление, речь.
2. Регулятивными: воля, внимание, эмоции, мотивация.

**Состояние** – это психологическая характеристика личности, показывающая относительно статические и перманентные моменты ее душевных переживаний. «Это целостная характеристика психической деятельности за определенный период времени, которая выявляет своеобразие протекания психических процессов, предшествующего состояния и свойств личности» (Левитов Н. Д. О психических состояниях человека. – М. : Просвещение, 1964. – 343 с.).

Виды состояний:

1. функциональное состояние, т. е. определенный уровень работоспособности человека, его физической активности;
2. эмоциональное состояние: настроение, стресс, депрессия, фрустрация, апатия и др.

**Свойства личности** – наиболее устойчивые и продолжительные психические явления, закреплены механизмами своего постоянного воспроизводства, присущи психике на длительный период времени, иногда на всю жизнь; виды свойств личности: 1) темперамент; 2) характер; 3) способности; 4) направленность личности (потребности, интересы, убеждения, самооценка, ценностные ориентации, мировоззрение).

Итак, психология изучает психику в закономерностях ее развития. **Понятия «сознание» и «человеческая психика» по содержанию не тождественны.** Объем первого ýже второго; сознание – это только субъективный компонент человеческой психики, в которую входит и объективизация сознания – деятельность.

1. **Трансформация предмета психологии**. В настоящее время психология представляет собой сложную и разветвленную систему направлений научных исследований, структуру которой составляет множество относительно самостоятельно развивающихся отраслей. Сегодня насчитывают до ста отраслей психологии, которые находятся на разных стадиях своего развития и становления в качестве самостоятельных научных дисциплин.

**Объектом науки** являются носители тех явлений или процессов, которые исследует данная отрасль знания. Объект материален, а предмет – идеален. **Предмет** – категория, обозначающая те явления, которые происходят с человеком и которые изучает данная отрасль психологии, какие-то психические феномены. Понятие объекта и предмета соотносительны и характеризуются во взаимной связи.

Отрасли психологии принято квалифицировать по разным критериям.

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

Существуют и другие отрасли, которые занимаются психологическими аспектами рекламы, бизнеса, управления, творчества и многих других видов деятельности человека.

1. Отрасли психологии, изучающие различные аспекты психического развития:**возрастная психология** прослеживает развитие психики в онтогенезе – ее разделами являются детская психология, психология подростка, психология юности, психология взрослого человека, геронтопсихология; **сравнительная психология** изучает закономерности, происхождение и развитие психики животных и человека; **психология аномального развития, или специальная психология**, исследует нарушения психического развития ребенка.
2. Отрасли психологии, изучающие отношения личности и общества:**социальная психология** исследует психические явления в процессе взаимоотношения людей друг с другом; **этнопсихология** акцентирует внимание на этнических особенностях психики людей, этнических стереотипах и т. д.

Вместе с тем психология представляет собой единую научную дисциплину, основанную на едином предмете исследования и едином методе и включенную в общенаучный контекст.

**4.** **Направления психологии**. В научном употреблении термин «психология» появился впервые в 1590 г. (Р. Гоклениус и О. Кассман). Первоначально он относился к особой науке, которая занималась изучением так называемых душевных, или психических, явлений, т. е. таких, которые каждый человек легко обнаруживает в собственном сознаниив результате самонаблюдения*.*

**Предмет психологии** как науки изменялся на протяжении ее исторического развития.

Основными взглядами на предмет психологии, которые были в разные периоды на протяжении столетий, являются: 1) душа (Демокрит и др.); 2) явления сознания (Дж. Локк); 3) поведение (бихевиористы); 4) бессознательное и его отношение к сознанию (З. Фрейд); 5) рефлексы (рефлексология, В. М. Бехтерев); 6) реакции (реактология, К. Н. Корнилов); 7) закономерности, механизмы и факты психической жизни человека и животных (сторонники материалистической, марксистской психологии); 8) целостная деятельность (А. Н. Леонтьев); 9) ори­ентировочная деятельность (П. Я. Гальперин).

**1-й этап** –психология как наука о душе.

Первые теории, пытавшиеся объяснить поведение, привлекали для этого факторы, внешние по отношению к индивиду. **Учение о душе** складывалось в рамках философии и медицины. Границы данного этапа развития психологии определяются с V века до н.э. до начала ХVII века н. э. Этап развития психологии как науки о душе связан с учениями таких древнегреческих мыслителей, как **Демокрит, Гераклит, Анаксагор, Платон, Сократ, Аристотель.** Каждый из названных философов внес достойный вклад в развитие научных знаний, в том числе психологических, например: идея закономерного развития принадлежит **Гераклиту**, идея причинности или детерминизма – **Демокриту**, взгляд на душу как на самостоятельную субстанцию, незримую, божественную, вечную, существующую наряду с телом и независимо от нее, – **Платону***.* Согласно **Аристотелю**, душа есть причина и начало живого тела.

**2-й этап** – психология как наука о сознании.

**Августин**придал сознанию идеалистическую окраску. Это знание души о себе самой есть внутренний опыт, принципиально отличный от того опыта, который дают человеку внешние органы чувств. Познание души для теолога Августина означало познание Бога – занятие не для каждого человека, а лишь для просветленного, приближенного к Богу.

Представления о душе и ее функциях в античные времена сменились в эпоху Средневековья почти полным господством христианской философии и идеологии, и все сохранившиеся психологические идеи приобрели религиозную окраску. Вера становится выше знания.

Именно **Ф. Бэкон** своими работами завершает этап психологии как науки о душе и начинает новый, когда психология представляется как наука о сознании. Он призывает отказаться от пустых изучений сущности души и перейти к рассмотрению таких явлений, которые в наше время называются психическими.

В XVII веке благодаря теориям  **Рено Декарта**  зарождается психология, в основе которой лежит представление о сознании. «Мыслю, следовательно, существую», – считал Рено Декарт, а мыслить означает не только понимать, но и желать, воображать, чувствовать; **собственное сознание – это первое, что человек обнаруживает в себе.**

Декарт отделил психические функции от непсихических (физиологических) на основании того, что психические функции осознаются, а физиологические (телесные) – нет.

Родоначальником эмпирической психологии, т. е. психологии как науки о внутреннем опыте, явился английский философ **Дж. Локк**. Труды Дж. Локка способствовали становлению метода интроспекции (букв. «смотрю внутрь»), долгое время считавшегося единственным методом психологии. Основная его посылка – знания сами по себе не могут возникнуть, врожденных идей нет, все идеи и понятия проистекают из опыта.

**Эдуард Брэдфорд Титченер** положил начало структуралистскому подходу к сознанию, направлению, считавшему предметом психологии элементы сознания и структурные отношения между ними. В структуре сознания различались три категории элементов: ощущение – простейший процесс, обладающий качеством, интенсивностью, отчетливостью, длительностью; образ и чувство (в его элементарной форме).

**3-й этап** – психология как наука о поведении.

Невозможность объяснить связь психических явлений с физиологическими и поведением человека привела к кризису психологии и формированию самостоятельных направлений: бихевиоризма, гештальтпсихологии и психоанализа (фрейдизма).

Основоположником бихевиоризмаявляется американский ученый **Д. Уотсон**, который открыто провозгласил необходимость замены традиционного предмета психологии (душевных явлений) на новый (поведение), объявив психические явления принципиально непознаваемыми естественнонаучными методами (S–R). Как бихевиоризм, так и необихевиоризм (30-х гг. XX в. Э. Толмен и К. Халл) не исследовал того, что происходит в сознании человека: наука должна иметь дело только с тем, что наблюдаемо, измеряемо, входит в организм в виде стимулов и выходит из него в форме реакций на эти стимулы (Б. Ф. Скиннер). Законы поведения фиксируют отношения между тем, что происходит на «входе» (стимул) и «выходе» (двигательный ответ) системы организма.

**Эдвард Чейс Толмен**усилил формулу еще одной составляющей (промежуточной переменной) и придал ей следующий вид: S – I – R, где I – индивид как носитель когнитивной карты, которая создается и видоизменяется в результате активного взаимодействия субъекта со средой.

Бихевиоризм расширил класс исследуемых объектов: стало интенсивно изучаться поведение животных, младенцев, решались проблемы научения, образования навыков и др. Однако активность организма и роль психической организации в преобразовании среды, социальная природа человека бихевиористами игнорируются. Отвергается и роль сознания как регулятора поведения и деятельности человека на том основании, что оно якобы недоступно для объективного изучения.

**4-й этап** – психология как наука, изучающая объективные закономерности проявления и механизмы психики.

В качестве основного предмета психологии выступает психика – свойство живой высокоорганизованной материи – мозга, заключающееся в его способности отражать окружающий объективный мир в его связях и отношениях.

**2.** В результате кризиса в психологии появилось множество направлений, в частности бихевиоризм, гештальтпсихология, психоанализ, когнитивная психология, генетическая психология, гуманистическая психология, позитивная психология и т. д.

О бихевиоризме мы уже упомянули.

Гештальтпсихология зародилась в Германии и больше использовала достижения физики и математики, чем физиологии организма. Ее представители – М. Вертгеймер, В. Келер, К. Левин и другие. Гештальтпсихологи заявили о себе утверждением о существовании собственных законов формирования сложных, целостных систем психических явлений, не сводимых к элементарным законам сочетания элементов. М. Вертгеймер писал: «То, что проявляется в отдельной части этого целого, определяется внутренним структурным законом этого целого». В исследованиях гештальтпсихологов изучение сложных явлений по элементам и их связям было заменено выяснением структуры этих связей и законов ее формирования. Идеи гештальтпсихологии затронули восприятие, мышление, память, личность и межличностные отношения, явившись основой для формирования системного подхода в науке.

Третьим направлением, возникшим в период кризиса, стал психоанализ(З. Фрейд). Представители психоанализа, в отличие от бихевиористов и гештальтпсихологов, не ориентировались на точные и естественные науки как на образец для построения научного психологического знания. З. Фрейд начал с анализа и обобщения психотерапевтической практики и только затем превратил накопленный опыт в психологическую теорию. Психология в психоанализе вновь обрела живого человека, с древних времен присущую ей глубину проникновения в сущность его души и поведения. Для психоанализа ключевыми понятиями стали «сознание» и «бессознательное».

**Когнитивная психология**(У. Найссер, Дж. Миллер, Дж. Брунер, Г. Саймон) как направлениевозникло в связи с развитием кибернетики, информатики, математического программирования, ЭВМ и в определенной степени явилось отрицательной реакцией на недостатки всех психологических концепций, игнорирующих сознание и принижающих роль мышления в детерминации поведения человека. Внимание было обращено на то, как человек воспринимает, перерабатывает и хранит разнообразную информацию о мире и о себе, каким образом он ее использует при принятии решений и в повседневном поведении. Основное специальное понятие когнитивной психологии – **«схема»**.

**Гуманистическая психология** (англ. *humanistic psychology*) – направление в западной, преимущественно американской, психологии, предметом изучения которого является целостный человек в его высших, специфических только для человека проявлениях, развитие и самоактуализация личности, ее высшие, бытийные, ценности и смыслы: любовь, творчество, свобода, ответственность, автономия, психическое здоровье, глубинное межличностное общение, трансценденция и т. п. Проблема движущих сил становления и развития личности, потребностей и ценностей человека получила раскрытие в работах А. Г. Маслоу, К. Роджерса, В. Франкла, Ш. Бюлер и др.

**Позитивная психология** – отрасль психологического знания, в фокусе внимания которой находится позитивный потенциал человека. Основатель позитивной психологии М. Селигман считает, что парадигма современной психологии должна кардинально измениться в направлении от концепции болезни к концепции здоровья. В поле ее зрения оказываются любовь и мудрость, доброта, эмпатия, духовность и поиск смысла – важнейшие составляющие позитивного потенциала человека.

**Психология в нашей стране**

Отечественная психологическая мысль также имеет давние традиции.

В книге «Рефлексы головного мозга» (1863) И. М. Сеченов впервые дает рефлекторную трактовку основным психологическим процессам и явлениям. В целостных рефлекторных актах психические процессы и состояния играют высшую регулирующую и сигнальную роль.

То, что психика действительно является продуктом деятельности мозга, доказывают эксперименты на животных и наблюдения за людьми.

До революции история нашей страны повторяла основные шаги европейской цивилизации. Значительный вклад в разработку психологических идей внесли И. М. Сеченов, В. М. Бехтерев, И. П. Павлов. Немаловажная роль в развитии психологических знаний на рубеже веков принадлежала таким ученым, как А. Ф. Лазурский, Н. Н. Ланге, Г. И. Челпанов. А. Ф. Лазурский много занимался вопросами личности, особенно изучения характера человека. Н. Н. Ланге известен как один из основателей экспериментальной психологии в России. Он занимался изучением ощущений, восприятия, внимания. Особенно заметную роль в истории отечественной дореволюционной психологической мысли сыграл Г. И. Челпанов, который известен как основатель первого и старейшего в нашей стране психологического института (1912).

Борьба между материализмом и идеализмом, развернувшаяся в стране вскоре после Великой Октябрьской социалистической революции, привела к прекращению активной научной деятельности многих лабораторий и ученых, особенно тех, кто придерживался в философии идеалистических позиций.

В первые годы советской власти отечественные психологи активно интересовались психоанализом З. Фрейда, увидев в этом учении одну из возможных материалистических альтернатив господствовавшей тогда интроспективной идеалистической психологии. Однако после выхода постановления ЦК ВКП(б) «О педологических извращениях в системе Наркомпроса» (1936) учение З. Фрейда, как и вся психология, оказались под запретом почти на 70 лет. Мы должны знать имена С. Л. Рубинштейна, Л. С. Выготского, А. Р. Лурии, А. Н. Леонтьева, Б. Г. Ананьева, А. В. Запорожца, Д. Б. Эльконина, П. Я. Гальперина, Б. М. Теплова и др.

В конце 1920-х гг. Л. С. Выготский заложил новое направление в психологических исследованиях – **культурно-историческую психологию**, затем развиваемую им и его учениками и последователями как в России, так и во всем мире.

Основные достижения отечественной психологической науки касались в основном следующих ее разделов: общей психологии, возрастной и педагогической психологии, психофизиологии.

Б. Г. Ананьев внес большой вклад в изучение вопросов восприятия, психологии педагогической оценки, общих интегральных вопросов человекознания, в котором психология играет роль ведущей науки. Заслугой Б. Г. Ананьева явилось создание факультета психологии при Ленинградском (ныне Санкт-Петербургском) университете в 1966 г. Аналогичную организаторскую роль при создании отделения и факультета психологии в Московском государственном университете сыграли С. Л. Рубинштейн и А. Н. Леонтьев. А. Н. Леонтьев внес существенный вклад в разработку проблем восприятия, памяти, сознания, личности и развития психики. Им была разработана теория, получившая название **психологической теории деятельности**, в русле которой оригинальную трактовку приобрели познавательные процессы. С. Л. Рубинштейн, профессор МГУ, создал **субъектно-деятельностную концепцию**, он всегда был против «деятельностного редукционизма», т. е. против сведения всей активности человека лишь к деятельности.

А. Р. Луриястал основателем **нейропсихологии**, изучающей работу высших психических функций при локальных поражениях головного мозга. Известны его работы, посвященные исследованию нейрофизиологических основ памяти и мышления человека.

В XX столетии название «психология» отчасти утратило свой первоначальный смысл, когда исследования относились только к субъективным, непосредственно воспринимаемым и переживаемым человеком явлениям сознания. Однако до сих пор по сложившейся веками традиции за этой наукой сохраняется ее прежнее название.

1. **Понятие о методе**. Под **методом** следует понимать способ организации деятельности, совокупность приемов и операций практического и теоретического освоения действительности, инструмент, которым познается предмет познания, науки.

**Методики** – конкретные разновидности инструмента одного вида, приемы изучения отдельных психических явлений. Например, проективный метод. Он может реализовываться с помощью следующих методик: цветовой тест М. Люшера, чернильные пятна Г. Роршаха, тест Вартегга, «Дом, Дерево, Человек», «Моя семья», «Рука», «Несуществующее животное» и т. д.

**Методология** (от греч. *methodos* – «путь исследования или познания», *logos* – «понятие, учение») – системапринципов испособов организации и построения теоретической и практической деятельности, система правил и нормативов познания. Методологией называют систему принципов конкретного исследования.

Общим научным методом, на требования которого ориентируются исследователи любой отрасли наук, является *диалектико-материалистический метод*.

Основные требования этого метода сводятся к следующему:

– изучать явление в его развитии, т. е. подходить к изучаемому явлению как к развивающемуся и изменяющемуся;

– изучать данное явление в его связях и взаимодействии с другими явлениями, в первую очередь с теми, которые определяют его появление, влияют на него сейчас и определяют тенденции его дальнейшего развития;

– выявлять моменты перехода количественных изменений в качественные;

– рассматривать процесс развития как самодвижение и саморазвитие, происходящее в силу присущих ему внутренних противоречий: единство и борьба этих противоречий или противоположностей и есть движущая сила, источник развития.

При изучении психологического опыта применяются такие методы, как наблюдение, беседа, тест, эксперимент, интервьюирование, анкетирование, изучение письменных, графических и творческих работ обучающихся, автобиографической документации.

Приведем краткую характеристику некоторых методов.

*Наблюдение* – это самый информативный и дешевый метод изучения явления, конечно, при условии специальной подготовки наблюдателя. Наблюдение может быть внешним (со стороны), внутренним (самонаблюдение = рефлексия), свободным, стандартизированным, включенным и сторонним.

*Беседа* применяется в целях получения необходимой информации или разъяснения по поводу того, что не было понято при наблюдении.

*Анкеты* дают возможность получить информацию о больших группах людей путем опроса какой-то части этих людей, составляющих репрезентативную (представительную) выборку. Выборка должна точно отражать популяцию в целом, а вопросы должны быть тщательно разработаны.

*Тест* (от англ. *test* – «проверка») – система заданий, позволяющих измерить уровень развития определенного психологического качества (свойства) личности. Тест – научно-обоснованный метод измерения, дающий возможность количественно оценить трудно поддающиеся измерению психологические качества (гомогенные – измерение одного свойства, гетерогенные – совокупность гомогенных тестов, связанная общей концепцией или теорией измерения различных свойств). Выделяют *тест-опросник*, *тест-задание* и *проективный тест*.

*Тест-опросник* основан на системе заранее продуманных, тщательно отобранных и проверенных с точки зрения их валидности и надежности вопросов, по ответам на которые можно судить о психологических качествах испытуемых. *Тест-задание* предполагает оценку психики и поведения человека на базе того, что он делает. Предлагается серия специальных заданий, по итогам выполнения которых судят о наличии или отсутствии и степени развития у него изучаемого качества. В основе *проективных тестов* лежит механизм проекции, согласно которому неосознаваемые собственные качества, особенно недостатки, человек склонен приписывать другим людям. *Эксперимент –* метод психологического исследования, заключающийся в целенаправленном и продуманном создании искусственной ситуации, в которой изучаемое свойство выделяется, проявляется и оценивается лучше всего. Различают эксперимент естественный, лабораторный и психолого- педагогический.

*Моделирование –* метод психологического исследования, применяемый тогда, когда исследование интересующего ученого явления путем простого наблюдения, опроса, теста или эксперимента затруднено или невозможно в силу сложности или труднодоступности данного психологического феномена. Создают искусственную модель изучаемого феномена, повторяя его основные параметры и предполагаемые свойства.

1. **Классификация методов психологического исследования**
2. **Организационные:** сравнительные, лонгитюдные и психопатологические.
3. **Эмпирические:**
4. обсервационные: наблюдение, самонаблюдение;
5. экспериментальные: лабораторные, естественные, психолого-педагогические;
6. психодиагностические: тесты (стандартизированные, проективные); опросники, анкеты; интервью, беседа;
7. биографические: анализ жизненного пути, анализ документов.
8. **Моделирование:** математическое, логическое, техническое, кибернетическое.
9. **Вспомогательные**: физиологические (медицинские), математические (статистические), графические.

**Лекция 2. Основы общей психологии: непосредственное и опосредованное познание.**

**План:**

1. **Концепция А. Р. Лурии о трех блоках мозга.**
2. **Эволюция психики.**
3. **Структура сознания, по А.Н. Леонтьеву.**
4. **Структура сознания, по К.К. Платонову.**
5. **Ощущение.**
6. **Восприятие.**
7. **Память.**
8. **Представление и воображение.**
9. **Мышление.**
10. **Речь.**

*Основные понятия: ощущение, виды ощущений, афферентные нервные пути, эфферентные нервные пути, анализатор, пороги ощущения, сензитивность, сенсибилизация, синестезия, галлюцинация, иллюзия, адаптация, компенсация, время реакции, психофизика; восприятие, виды восприятия, апперцепция, свойства образа восприятия, приписывание, установка, когнитивный диссонанс, социальная перцепция; память, мнемические процессы, продуктивность памяти, мнемоника, запечатление, сохранение, узнавание, припоминание, воспроизведение, забывание, вытеснение, проактивное торможение, ретроактивное торможение, эйдетическая память, иконическая память, эхоическая память, эффект реминисценции, эффект Зейгарник, закон Йоста, эффект фон Ресторф, позиционный (краевой) эффект, эффект уровневой переработки информации, эффект конгруэнтности настроению, метод сбережения (экономии), эффект параллелограмма развития памяти, амнезия (виды); представление, фрагментарность, идеомоторные представления, проекция, воображение, произвольное воображение, непроизвольное воображение, пассивное воображение, активное воображение, агглютинация, гиперболизация, типизация, эвристика, типизация; мышление, абстракция, анализ, синтез, сравнение, дедукция, инсайт, опосредование, проблемная ситуация, когнитивные процессы, понятие, суждение, умозаключение, посылка, силлогизм, креативность, рефлексия, логика, интеллект; речь, язык, знак, слово, внутренняя речь, внешняя речь, письменная речь, устная речь, диалогическая речь, монологическая речь.*

**1.** Структурно-функциональная модель работы мозга, предложенная **А. Р. Лурией**, характеризует наиболее общие закономерности работы мозга как единого целого и является основой для объяснения его интегративной деятельности. Согласно данной модели, весь мозг может быть подразделен на 3основных блока: I – энергетический блок тонуса – блок регуляции уровня активности мозга (интероцептивная информация); II – блок приема, переработки и хранения экстероцептивной (т. е. исходящей извне) информации; III – блок программирования, регуляции и контроля за протеканием психической деятельности. Каждая высшая психическая функция (ВПФ) осуществляется при участии всех трех блоков мозга, вносящих свой вклад в ее реализацию. Блоки мозга характеризуются определенными особенностями строения, физиологическими принципами, лежащими в основе их работы, и той ролью, которую они играют в осуществлении психических функций.

**Первый – энергетический блок** **тонуса** – включает неспецифические структуры разных уровней: ретикулярную формацию ствола мозга, неспецифические структуры среднего мозга, диэнцефальных отделов, лимбическую систему, медиобазальные отделы коры лобных и височных долей мозга. Данный блок мозга регулирует **процессы активации**: общие генерализованные изменения активации, являющиеся основой различных функциональных состояний, и локальные избирательные изменения активации, необходимые для осуществления ВПФ.

Этот аспект работы первого блока имеет непосредственное отношение к процессам внимания – общего, неизбирательного, и селективного, а также важен для сознания в целом; связан с процессами памяти: с запечатлением, хранением и переработкой разномодальной информации.

Отвечает за мотивационные и эмоциональные процессы и состояния; воспринимает и перерабатывает разную **интероцептивную** **информацию** о состояниях внутренней среды организма и регулирует эти состояния с помощью нейрогуморальных, биохимических механизмов.

**Второй блок – блок приема, переработки и хранения экстероцептивной** (т. е. исходящей из внешней среды) **информации** – включает основные анализаторные системы: зрительную, слуховую и кожно-кинестетическую, корковые зоны, которые расположены в задних отделах больших полушарий головного мозга. Кора задних отделов больших полушарий обладает рядом общих особенностей, позволяющих объединить ее в единый блок мозга. В ней выделяют «ядерные зоны» анализаторов и «периферию», или первичные, вторичные и третичные поля. **К ядерным зонам анализаторов относят первичные и вторичные поля, к периферии – третичные поля.**

Все первичные корковые поля характеризуются топическим принципом организации («точка в точку»), согласно которому каждому участку рецепторной поверхности (сетчатки, кожи, кортиевого органа) соответствует определенный участок в **первичной коре**, что и дало основание называть ее **проекционной**. Величина зоны представительства того или иного рецепторного участка в первичной коре зависит от функциональной значимости этого участка. Первичные корковые поля непосредственно связаны с соответствующими ядрами таламуса, отвечая за сбор ощущений.

Вторичные поля коры получают более сложную, переработанную информацию с периферии, чем первичные, обеспечивая восприятие.

Третичные поля коры задних отделов больших полушарий находятся вне «ядерных зон» анализаторов. К ним относятся верхнетеменная область, нижнетеменная область, средневисочная область и зона ТРО. Третичные поля не имеют непосредственной связи с периферией и связаны горизонтальными связями лишь с другими корковыми зонами. Третичные поля коры многофункциональны. С их участием осуществляются сложные надмодальностные виды психической деятельности – **символической, речевой, интеллектуальной**. Особое значение среди третичных полей коры имеет зона ТРО, которая располагается на границе между затылочными, височными и постцентральными областями полушария и составляет зону перекрытия корковых отделов зрительного, слухового, вестибулярного кожно-кинестетического анализаторов. В синдромах поражения зоны ТРО весьма существенное место занимают и интеллектуальные расстройства, обладающие наиболее сложными интегративными функциями.

**Третий блок – блок программирования, регуляции и контроля за протеканием психической деятельности**  – включает моторные, премоторные и префронтальные отделы коры лобных долей мозга (конвекситальная лобная кора с ее корковыми и подкорковыми связями).

Анатомическое строение третьего блока мозга обусловливает его ведущую роль в программировании замыслов и целей психической деятельности, в ее регуляции и осуществлении контроля за результатами отдельных действий, а также всего поведения в целом. Лобные доли мозга являются физиологической основой сознания и отвечают за контроль и планирование поведения человека.

Общая структурно-функциональная модель организации мозга, предложенная А. Р. Лурией, предполагает, что различные этапы осознанной психической деятельности (произвольной, опосредованной речью) осуществляются с обязательным участием всех трех блоков мозга.

**2.**Психика возникла на определенном этапе развития органического мира как механизм активного взаимодействия живых существ с окружающим миром.

**Психика** – особое свойство высокоорганизованной материи – мозга – субъективно отражать объективную реальность, необходимое человеку и животным для ориентировки во внешнем мире и активного взаимодействия с ним, а на уровне человека необходимое для управления своим поведением.

**Филогенез** – это историческое развитие какого-либо явления на протяжении всего периода его существования, развитие психики, поведения, форм сознания от простейших до человека на протяжении существования живых организмов.

**Онтогенез** – это индивидуальное развитие активности, психики и форм поведения от зачатия до смерти отдельно взятого любого индивида (индивидом называется только человек как биологическое явление).

В истории естествознания существовали различные попытки «локализовать» психику в природе. Среди них можно назвать теорию «панпсихизма» – душой наделена вся природа, даже неживая; «биопсихизма» – психика присуща всему живому, включая растения; «антропопсихизма» – психика существует только у человека; «нейропсихизма» – психикой обладают только существа с нервной системой и т. п.

Другую группу теорий составляют те, которые исходят из внутренних, функциональных критериев. Это более современные теории, и все они не опускаются в поисках психики ниже животного мира.

**Возникновение психики в филогенезе**

Углубление в филогенетическую историю психики неизбежно подводит к вопросу о ее объективном критерии (т. е. такому внешне наблюдаемому и регистрируемому признаку, который позволяет утверждать, что у данного организма есть психика). С этим критерием связывают два понятия:

**Раздражимость** – это способность живых организмов реагировать на биологически значимые воздействия. Корни растения раздражимы по отношению к питательным веществам, которые содержатся в почве: при соприкосновении с раствором этих веществ они начинают их всасывать. Минимальной формой активности, т. е. объективного аспекта раздражимости, являются **тропизмы**.

**Чувствительность** – это способность организмов отражать воздействия, биологически нейтральные, не влияющие на обмен веществ в организме, но объективно связанные с биотическими свойствами. В качестве объективного критерия психики А. Н. Леонтьев предлагал рассматривать именно способность живых организмов реагировать на биологически нейтральные (абиотические) воздействия (пример: звук как сигнал живой пищи или приближающейся опасности). Минимальной формой активности, т. е. объективного аспекта чувствительности, являются **таксисы**. Отражение биологически нейтральных свойств оказывается неразрывно связанным с качественно иной формой активности живых существ – поведением. Практически все животные обнаруживают сигнальное поведение, и на основании этого мы считаем, что у них есть психика.

Чувствительность / отражение имеет два аспекта: объективный и субъективный. В объективном смысле «отражать» – значит реагировать прежде всего двигательно на какой-то объект. Субъективный аспект выражается во внутреннем переживании, ощущении. Раздражимость же субъективного аспекта не имеет*.* Возникновение и развитие психики в животном мире подчинялось действию общего закона эволюции, согласно которому закреплялось то, что было биологически полезно.

А. Н. Северцов, развивая это представление, обратил внимание на два принципиально различных способа приспособления живых организмов к изменениям условий среды: 1) путем изменения строения и функционирования органов; 2) путем изменения поведения без изменения организации.

Первый способ был общим у растений и животных; второй имел место только у животных и был связан с развитием психики. Внутри второго (поведенческого, или психического) способа приспособления А. Н. Северцов выделил, в свою очередь, два различных направления.

**Инстинкты** – генетически запрограммированные формы поведения. Эволюция инстинктов происходила под влиянием медленно протекающих изменений внешней среды. Ее темпы совпадали с темпами изменения морфологической организации животных.

**«Разумные действия»** – это быстрые изменения поведения в ответ на быстрые изменения среды, перед лицом которых инстинкт оказывается беспомощным. По наследству передавалась лишь способность к ним.

Психика возникла потому, что она оказалась «могучим средством приспособления животных к окружающей среде».

Можно отметить следующие тенденции развития психики: усложнение форм поведения (форм двигательной активности); совершенствование способности к индивидуальному научению; усложнение форм психического отражения.

А. Н. Леонтьев выделяет в эволюционном развитии психики три стадии: стадия элементарной сенсорной психики, стадия перцептивной психики, стадия интеллекта (табл. 1).

*Таблица 1*

**Стадии развития психики, по Леонтьеву**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Стадии развития психики | Тип среды / содержание отражения | Форма отражения | Форма поведения |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Элементарная сенсорная (все беспозвоночные, простейшие, инфузории, черви, насекомые, ракообразные, рыбы) | Предметная среда / отражение свойств | Ощущение | Таксисы, инстинкт (безусловный рефлекс), условные рефлексы лабильны |
| Перцептивная (высшие позвоночные – птицы, млекопитающие) | Среда отношений между предметами / отражение предметов в целом (способность к различению формы) | Чувственный образ и образная память | Импринтинг, навык (условный рефлекс), операция (зависимость способа достижения от условий) |
| Интеллект (антропоиды + высшие млекопитающие) | Отношения между предметами | Целостные предметные ситуации; способность к переносу в другие ситуации; функциональные понятия | Интеллект (мышление в действии): 1) двухфазность (человекоподобные обезьяны способны к объединению в единой деятельности двух различных операций);2) функциональное использование орудий; 3) инсайтное поведение |

Психика большинства млекопитающих животных остается на стадии **перцептивной психики**, однако наиболее высокоорганизованные из них поднимаются еще на одну ступень развития. Эту новую, высшую, ступень обычно называют стадией интеллекта (или «**ручного мышления**»).

При переходе к третьей, высшей, стадии развития животных наблюдается новое усложнение в строении деятельности. Прежде слитая в единый процесс деятельность дифференцируется теперь на две фазы: фазу подготовления и фазу осуществления. Наличие фазы подготовления и составляет характерную черту интеллектуального поведения. Интеллект возникает, следовательно, впервые там, где возникает процесс подготовления возможности осуществить ту или иную операцию или навык.

Безусловным фактом остается **неспособность животных изготавливать орудия с помощью другого орудия**. Здесь проходит та грань, которая отделяет животных от человека. Изготовление орудия впрок предполагало наличие образа будущего действия, т. е. **появление плана сознания**. Оно предполагало далее **разделение труда**, т. е. установление социальных отношений на основе небиологической по своему содержанию **сознательной деятельности**.

1. По А. Н. Леонтьеву, сознание состоит из трех «моментов». Первый «момент» сознания – **чувственная ткань***.* Она образует чувственный состав конкретных образов реальности – актуально воспринимаемых или всплываемых в памяти, относимых к будущему или даже только воображаемых. Особая функция чувственных образов сознания состоит в том, что они придают реальность сознательной картине мира, открывающейся субъекту. Иначе говоря, именно благодаря чувственному содержанию сознания мир выступает для субъекта как существующий не в сознании, а вне его сознания – как объективное «поле» и объект его деятельности. Итак, чувственная ткань, присутствующая в любых формах сознания, – это один из моментовсознания.

У человека чувственные образы приобретают новое качество, а именно свою **означенность**. **Значения** и являются вторым важнейшим «моментом» человеческого сознания. Сознание не возникает без существования языка. За языковыми значениями скрываются общественно выработанные способы (операции) действия, в процессе которых люди познают и изменяют объективную реальность. Иначе говоря, в значениях представлена преобразованная и свернутая в материи языка идеальная форма существования предметного мира, его свойств, связей и отношений. Единицей человеческого сознания является значение, значение есть клеточка человеческого сознания (Л. С. Выготский). Значение заключено в слове. В своей абстрактности, в своей «надындивидуальности» значения безразличны к формам чувственности, в которых мир открывается конкретному субъекту. Движение, соединяющее абстрактное значение с чувственным миром, представляет собой одно из существеннейших движений сознания. Если потребность не опредмечена, то она способна только побудить ненаправленное поисковое поведение, заставить человека метаться, обследовать ситуацию. Тот предмет, который движет, направляет на себя деятельность, и есть мотивдеятельности, или ее действительный мотив. Этот мотив только тогда имеет субъективность значения, когда приобретает пристрастность*.*Само по себе значение есть вещь, глубоко человеку безразличная, будь то стол, стул, абстракции. Чтобы не быть равнодушным, сознаваемое объективное значение должно превратиться в значение для субъекта, приобрести **личностный смысл**.

Личностный смысл и является третьей «образующей» сознания. Чтобы ощутимее выступило принципиальное расхождение между объективным значением и личностным смыслом, рассмотрим слово «смерть». Каждый понимает, что имеют в виду, когда произносят это слово, так как его значение для всех является общим. Однако это слово понимается людьми по-разному в тех случаях, когда рассуждают о смерти в аудитории и когда смерть грозит кому-то из наших близких, потому что оно включено в разные отношения. Следовательно, различаются «значение-в-себе» / «значение-для-себя» и «значение-для-меня». «Значение-для-меня», т. е. «личностный смысл», – третья образующая сознания. Итак, значение живет еще одной жизнью – оно включается в отношение к мотиву.

1. Сознание не существует вне человеческой психики. Более того, оно, как и все субъективное, познается через психику, объективизирующуюся у животных в поведении, у человека – в деятельности. Предысторией сознания является история развития психики у животных.

Сознание, взятое как целое, имеет свою структуру, элементами которой являются отдельные **акты сознания**.Это как бы выделяемые отдельные **срезы потока сознания**. Сознание имеет свои подструктуры и общие качества.

Каждый акт сознания можно рассматривать как точку потока сознания.Одной из подструктур сознания являются основные **функции сознания**– это формы психического отражения (эмоции, ощущения, мышление, восприятие, чувства, воля и память), включенные в рассматриваемую систему психологических понятий.

Другая подструктура сознания определяет степень динамики или, напротив, константности актов сознания.Динамика сознаниявключает три формы, три категории психических явлений, а именно: психические процессы, состояния и свойства личности(поэтому личность – это человек как носитель сознания). Но сознание как целое не может быть сведено только к этим формам отражения и проявлениям динамики. Оно имеет и другие **качества,** главными из которых являютсяактивность, константность, целостность и преемственность сознания.

**Константность** сознания определяется психическими состояниями и, в особенности, свойствами личности. **Динамичность**сознания обусловливается кратковременными и быстро сменяющимися психическими процессами. **Преемственность**сознания, проявляющаяся в форме феномена *«Я»,* определяется долговременной памятью и в, свою очередь, обусловливает ее специфическое значение в структуре сознания. Выделение *«Я»* из *«не-Я»* – это первый акт появления индивидуального сознания в антропогенезе, повторяемый и в онтогенезе. Говоря о качествах сознания, необходимо помнить, что «сознание человека не только отражает объективный мир, но и творит его, человек своим действием решает изменить его» (Ленин В. И*.* Полн. собр. соч. – Т. 29. – С.195). В этом проявляется **воля как форма отражения**, и это определяет активностьсознания.

Следующаяподструктура сознания – это **уровни ясности**(творческое озарение, ясное сознание,спутанное, подсознательные явления, явления приторможенного, редуцированного сознания, патологические изменения сознания (бред, делирий, сопор и т. д.), полная потеря сознания (обморок, наркоз).

Наиболее существенны для сознания его атрибуты. Это самая **высшая подструктура сознания**. К атрибутам сознания относятся переживание, отношение и познание.

Акт сознания редко может быть либо только **переживанием**, либо только **познанием**, либо только **отношением**; чаще он включает эти три компонента. Атрибут – это неотъемлемое свойство чего-либо, без которого оно не может ни существовать, ни мыслиться.

**Переживание**– это атрибут акта сознания индивида, не содержащий образа отражаемого и проявляющийся в формеудовольствия или неудовольствия (страдания), напряжения или разрешения, возбуждения или успокоения. Эта идея трех полярных пар переживаний, выдвинутая в прошлом веке В. Вундтом как трехмерная теория эмоций, справедлива и для одного из компонентов сознания. Понятие «переживание» шире «эмоций», так как переживания проявляются не только в форме эмоций (чувств), но и в форме потребностей, волевого усилия, произвольного внимания и произвольной памяти. Акт любопытства, как и догадка (знаменитая «Эврика» Архимеда), также переживается. Эмоции, чувства, потребности и волевое усилие всегда переживаются. Акты внимания, памяти, мышления, восприятий и ощущений могут переживаться, но могут проявляться и в форме «чистого» познания.

С субъективной стороны **всякий психический процесс есть переживание**. Во всяком переживании различают **акт и содержание переживания**; первый есть деятельность, связанная с возникновением данного переживания; второе – содержание, состав, то, что переживается. Это определение исходило из понятия «психологического опыта» и расширяло его до понятия «отражение».

Более общепринятым стало отождествление эмоций и чувств как переживания своих отношений. Эмоциями, или чувствами, называются своеобразные переживания, в которых выражается отношение человека к предметам и явлениям окружающей действительности (Левитов Н. Д.Очерки педагогической психологии. – М. : Просвещение, 1946. –С. 95).

**Познание**– это следующий атрибут сознания в форме непосредственных или опосредованных, более или менее полных и точных образов отражаемого и мыслей об их связях. У человека познание проявляется в ощущениях, мышлении, восприятии и памяти. С. Л. Рубинштейн писал, что «идеальное – это субъективное явление, существующее в форме образа, связанного с понятием» (Рубинштейн С. Л*.* Бытие и сознание. – М., 1957. – С. 41).

**Идеальное – продукт познания**. Но, реально существуя в едином потоке сознания, образ и мысль могут окрашиваться эмоциями или чувствами и, следовательно, переживаться.

Термин **непосредственное познание**надо предпочесть термину «чувственное познание», противопоставляя его **опосредованному познанию***.* Первое соответствует восприятиям (опирающимся на ощущения), второе – мышлению (опирающемуся на понятия).

Третьим атрибутом сознания **является отношение личности**как субъекта к миру, или «отношение», – активный компонент индивидуального сознания и его обратная субъективная связь с отражаемым миром, объективизирующаяся в психомоторике.

У человека отношения и как мотивы деятельности, и как стремление к достижению цели проявляются через волю.

Иногда отношение человека к миру выступает в единстве с переживанием. Это **отношение как переживание***.* Простым примером этого может быть такой факт: рассердившись на кого-либо, мы всегда одновременно изменяем и наше отношение к нему. Простейшие формы отношений могут быть и у животных.

В других случаях **отношение выступает в единстве с познанием** – это **отношение как познание***.* Говоря о компонентах сознания, нельзя упускать из виду **обратную связь сознания с бытием**; наиболее отчетливо она проявляется в творчестве, но элементарная ее форма имеется и в отношении. Эту мысль можно выразить и иначе: творчество – это высшая и наиболее сложная форма проявления отношений как обязательного компонента сознания.

Изложенное понимание отношений в основном не противоречит взглядам В. Н. Мясищева как признанного создателя «теории отношений» в советской психологии. К. К. Платонов пишет, что понятие «сознание» шире понятия «отношение».

Подводя итог, можно дать следующую **структуру индивидуального сознания**, в которой ранее описанные подструктуры расположены в иерархии от высших к более элементарным:

**1-ая** подструктура – атрибуты сознания:отношение, познание, переживание;

**2**-**ая** подструктура – уровни ясности сознания:творческое озарение, вдохновение, ясное сознание, спутанное сознание, неосознанные явления, патологические нарушения, потеря сознания;

**3**-**ая** подструктура – динамики сознания:свойства личности, состояния сознания, процессы сознания;

**4**-**ая** подструктура – функции сознания:память, воля, чувства, восприятия, мышление, ощущения, эмоции.

**Самосознание**– высшее выражение сознания у человека как члена общества, направленное на самого себя. Структура самосознания,взятого как целое, аналогична общей структуре сознания: 1) самопереживание*,* широко известное под термином самочувствие; 2) самоотношение (Б. М. Теплов, например, рассматривал его в качестве одного из компонентов характера); 3) самопознание.

1. **Ощущение. Ощущение** –познавательныйпсихический процесс, который заключается в отражении отдельных свойств предметов и явлений действительности при их непосредственном воздействии на наши органы чувств.

Физиологической основой ощущений являются анализаторы (И. П. Павлов), или сенсорные системы, которые состоят из рецептора (глаз, ухо, вкусовые луковицы, расположенные на поверхности языка, и т. д.), афферентных и эфферентных нервных путей и соответствующего отдела коры мозга.

**Афферентные нервные пути** – проводниковый отдел – передают восходящие импульсы возбуждения, возникшие в рецепторе, к соответствующему отделу коры головного мозга.

**Эфферентные пути** проводят импульсы от центра к периферии, т. е. к гладкой мускулатуре, конечностям, и эндокринной системе.

Для возникновения ощущений: 1) необходимо чтобы было, что ощущать, какой-то предмет, явление; 2) предмет должен воздействовать на рецептор своим определенным свойством – цветом, поверхностью, температурой, вкусом или запахом.

Раздражение – физический процесс, под его воздействием в нервных клетках возникает возбуждение – физиологический процесс, который по афферентным нервным волокнам передается в соответствующий участок мозга.

Для возникновения ощущения необходимо, чтобы раздражение достигло определенной силы, определенной величины.

**Порог ощущения (ПО)** – величина раздражителя, вызывающего или меняющего ощущение. Минимальная величина раздражителя, впервые начинающего вызывать ощущение, называется нижним абсолютным ПО.

Верхним абсолютным ПО называют величину раздражителя, при которой ощущение либо исчезает, либо качественно меняется, превращаясь, например, в болевое. **Разностный, или дифференциальный, порог ощущения** показывает минимальное различие между двумя раздражителями.

Между абсолютной чувствительностью и ее порогом существует обратная пропорциональная зависимость: чем меньше величина порога, тем выше чувствительность (**сензитивность**).

Основными органами чувств являются зрительный, слуховой, вкусовой, кожный и некоторые другие анализаторы.

Со времен Аристотеля традиционно выделяют 5 видов ощущений, информирующих человека об изменениях в окружающей среде: осязание, вкус, обоняние, слух и зрение. Однако установлено, что существует много других ощущений, сложные механизмы обеспечивают постоянное взаимодействие органов чувств между собой. Например, восприятие вкуса основано на тесном взаимодействии рецепторов ротовой и носовой полостей. Нарушение взаимодействия между органами зрения и равновесия приводит к «морской» и «автомобильной» болезни.

**Классификация ощущений**

**I. По модальности (качественному своеобразию):**

– зрительные (световые, цветовые): 1) световые ощущения обусловлены восприятием световых волн путем поглощения «квантов энергии», называемых фотонами. Световой стимул тем интенсивнее, чем больше фотонов соответствует той или иной частоте; световое зрение обеспечивают палочки, расположенные по периферии сетчатки, они помогают различать черные, серые и белые тона; 2) цветовое зрение обеспечивают колбочки, сосредоточенные в центральной области сетчатки, каждая колбочка содержит фотопигмент одного из трех типов, чем и определяется ее чувствительность к световым волнам той или иной длины – к красному, зеленому или синему цвету;

– слуховые (раздражителем для слухового анализатора являются звуковые волны, продольные колебания частиц воздуха, распространяющиеся во все стороны от источника звука, виды слуховых ощущений: речевые, шумы, музыкальные);

– вкусовые (вызываются действием на вкусовые рецепторы веществ, растворенных в слюне или воде; традиционно различают 4 типа вкусовых ощущений: сладкое, кислое, соленое и горькое, которые воспринимаются определенными участками языка с помощью примерно тысячи вкусовых сосочков, рецепторы клетки обновляются в среднем через каждые 7 дней);

– обонятельные (органами обоняния являются обонятельные клетки, расположенные в носовой полости, раздражителями для обонятельного анализатора служат частицы пахучих веществ, которые попадают в носовую полость вместе с воздухом; различают 7 основных групп запахов: эфирный (ацетон), камфорный (нафталин), мускусный (мускус), цветочный (запах розы), ментоловый (мята), острый (уксус), гнилостный (запах тухлого яйца);

– кожные ощущения: 1) тактильные – возникают в результате передачи информации различными кожными рецепторами при их контакте с предметом, например: скольжение руки по гладкой или шероховатой поверхности ведет к возбуждению лишь определенной группы рецепторов, в результате чего мозг получает информацию о характерных особенностях поверхности предмета; 2) температурные – на теле человека имеются точки, чувствительные только к теплу или только к холоду; 3) вибрационные – возникают при воздействии на поверхность тела колебаний воздуха;

– органические ощущения (это ощущения голода, жажды, сытости, тошноты и т. д., рецепторы находятся в стенках внутренних органов: пищевода, желудка, кишечника);

– ощущения равновесия и положения головы (благодаря рецепторам во внутреннем ухе);

– кинестетические и чувство положения конечностей (мышечно-суставные ощущения, степень растяжения или сокращения мышцы, расположение различных частей тела);

– осязательные ощущения (комбинация, сочетание кожных и двигательных ощущений при ощупывании предметов);

– болевые ощущения (имеют различную природу: 1) существуют специальные рецепторы, расположенные на поверхности кожи и во внутренних органах и мышцах; 2) при действии сверхсильного раздражения на любой анализатор;

– химическое чувство.

**II. По расположению рецепторов:**

– органические (в организме – ощущение голода, холода, жажды);

– дистантно-контактные (свет далекой звезды, запах цветка).

**III. По направлению воздействия раздражителя:**

– экстероцептивные (извне) – зрительные, вкусовые, осязательные и т. д.;

– интероцептивные (изнутри) – действие раздражителя идет от внутренних органов;

– проприоцептивные – источник раздражения идет из мышечно-суставных тканей.

**Основные свойства ощущений**

**I. Сенсибилизация** (от лат. *sensibilis* – «чувствительный») – повышение чувствительности нервных центров под влиянием действия раздражителя. Например, если ежедневно по 15 минут заниматься сольфеджио, можно развить очень хороший слух в пределах лада. Жители Севера различают более 50 оттенков белого цвета.

**II. Синестезия** (от греч. *synaisthesis* – «совместное чувство, одновременное ощущение») – явление, состоящее в том, что какой-либо раздражитель, действуя на соответствующий орган чувств, помимо воли субъекта вызывает не только ощущение, специфичное для данного органа чувств, но одновременно еще и добавочное ощущение или представление, характерное для другого органа чувств (например: 1) «цветной слух» у Р. Вагнера, А. Скрябина, Н. А. Римского-Корсакова; 2) «скрип тормозов ночью на пустынном шоссе»: основное ощущение – слуховое, добавочное ощущение – кинестетическое – «мурашки по коже»).

**III. Простое взаимодействие** – мы одновременно воспринимаем действительность на разного рода рецепторы.

Для обеспечения психического здоровья человеку необходимо достаточное количество ощущений.

Недостаток ощущений может вызвать **сенсорную депривацию** (голод, подавление) и галлюцинации. Чрезмерное количество ощущений также может вызвать галлюцинации и пресыщение.

**Адаптация** (от лат. *adaptare* – «приспособлять») в широком смысле – приспособление к изменяющимся внешним и внутренним условиям. Адаптация человека имеет два аспекта: биологический и психологический. К проявлениям биологической адаптации относится ряд психофизиологических процессов, например, световая адаптация.

**Контраст ощущений** – это изменение интенсивности и качества ощущений под влиянием предшествующего или сопутствующего раздражителя. При одновременном действии двух раздражителей возникает одновременный контраст. Широко известно явление последовательного контраста. Ощущение кислого повышает чувствительность к сладкому. После холодного слабый тепловой раздражитель кажется горячим.

**Психофизика**– это наука об измерении ощущений, изучающая количественные отношения между интенсивностью раздражителя и силой ощущения.

**Основной психофизический закон**

**Г. Фехнер** предпринял попытку разработать точный количественный метод измерения ощущений. Задача состояла в том, чтобы определить величину ощущения для каждого предъявляемого раздражителя. **Э. Г. Вебер** на основе экспериментов по различению силы давления на кожу (веса поднимаемых на ладони грузов) установил, что вместо того, чтобы просто воспринимать разницу между раздражителями, мы воспринимаем отношение этой разницы к величине исходного раздражителя. До него аналогичный вывод уже был сделан в середине XIX в. французским физиком и математиком **П. Бугером** в отношении яркости зрительных ощущений. **Г. Фехнер** выразил сформулированную **Э. Вебером** закономерность в математической форме:



гдеΔ*R* – изменение раздражителя, необходимое для обнаружения едва заметного различия в стимуляции; *R* – величина раздражителя; *k* – константа, значение которой зависит от вида ощущений.

Конкретное числовое значение *k* называют **отношением Э. Вебера**. В последующем было обнаружено, что величина *k* не остается постоянной во всем диапазоне интенсивности раздражителя, а увеличивается в области низких и высоких значений. Тем не менее, отношение приращения величины раздражителя и силы ощущения (или отношение увеличения стимула к исходному его значению) остается постоянным для средней области диапазона интенсивности раздражителей, вызывающих практически все виды ощущений (**закон Бугера–Вебера**).

В дальнейшем измерение ощущений стало предметом исследований [**Г. Фехнера**](http://www.psyworld.info/teorii-vospriyatiya#more-688). Опираясь на закон Бугера–Вебера, а также на собственное допущение о том, что ощущение раздражителя представляет собой накопленную сумму равных приращений ощущения, **Г. Фехнер** сначала выразил все это в дифференциальной форме как *dR = adI/I*, затем проинтегрировал (принимая *R = О* при интенсивности раздражителя равной абсолютному порогу (*Iο*)) и получил следующее уравнение:

*R* = clog *Iο*/*I*,

где *R* – величина ощущения; с – константа, величина которой зависит от основания логарифма и от отношения Вебера; *I* – интенсивность раздражителя; *Iο* – величина абсолютного порога интенсивности.

Приведенное выше уравнение получило название основного психофизического закона, или **закона Вебера–Фехнера**, согласно которому ощущения описываются кривой уменьшающегося прироста (или логарифмической кривой). Например, увеличение яркости, ощущаемое при замене одной лампочки десятью, будет таким же, как и в случае замены десяти лампочек сотней. Иначе говоря, возрастанию величины раздражителя в геометрической прогрессии соответствует прирост ощущения в арифметической прогрессии.

Позже были сделаны попытки уточнить основной закон психофизики. Так, американский психофизик **С. Стивенс** выявил степенной, а не логарифмический характер зависимости между силой ощущения и интенсивностью раздражителя:



где *R* – сила ощущения; *с* – константа; *I* – интенсивность раздражителя; *Iο* –величина абсолютного порога ощущения; *n* – показатель степени, зависящий от модальности ощущений (значения приводятся в справочниках).

Обобщенный психофизический закон, предложенный Ю. Забродиным, учитывал тот факт, что характер зависимости между ощущениями и воздействующими раздражителями обусловлен осведомленностью человека о процессах ощущения. Исходя из этого, Ю. Забродин ввел в формулу закона С. Стивенса показатель *z*, характеризующий степень осведомленности:



Из формулы видно, что при *z =* 0формула обобщенного **закона Ю. Забродина** принимает вид **закона Вебера–Фехнера**, а при 2 = 1– **закона Стивенса**.

Ставя перед собой задачу измерения ощущений, Г. Фехнер предполагал, что человек не способен непосредственно количественно оценить их величины. Поэтому он предложил косвенный способ измерения – в единицах физической величины стимула. Величина ощущения представлялась как сумма едва заметных его приращений над исходной точкой. Для ее обозначения **Г. Фехнер** ввел понятие **порога ощущений**, измеряемого в единицах стимула. Он различал абсолютный порог чувствительности и различительный (дифференциальный) порог.

1. **Восприятие.** Ощущения входят в структуру более сложного психического процесса –восприятия.

**Восприятие –** познавательный психический процесс, который заключается в отражении предметов и явлений действительности в совокупности их свойств (целого образа) при их непосредственном воздействии на органы чувств. В ходе восприятия происходит упорядочение и объединение отдельных ощущений в целостные образы.

Существует ряд принципов, с помощью которых происходит объединение восприятий в связные единства. К этим принципам относятся:

Принцип фигуры и фона – все то, что для человека имеет какой-то смысл, воспринимается им как фигура на некотором гораздо менее структурированном фоне. Этот принцип распространяется на все органы чувств.

Принцип заполнения пробелов – мозг человека всегда старается свести фрагментарное изображение в фигуру с простым и полным контуром.

Принцип объединения (группировки) элементов – элементы могут объединяться по признакам близости, сходства, непрерывности (воображаемой), симметрии. Принцип близости – близкие или смежные элементы объединяются в единую форму; сходства – в единую форму легче объединить схожие элементы; непрерывности – элементы будут организовываться в единую форму, если они сохраняют одно направление; симметрии – форма будет воспринята как «правильная», если она имеет одну или несколько осей симметрии.

**Основные свойства образа восприятия**

**I. Пространственно-временные:** локализация, рельеф (объемность образов благодаря бинокулярности нашего зрения), форма, величина предмета, последовательность, длительность, одновременность, модальность; интенсивность.

**II. Производные:** константность (узнавание предмета и его свойств в измененном виде), предметность (выделение из фона знакомых или необходимых предметов), целостность (узнавание предмета по его деталям), обобщенность, осмысленность (целенаправленность восприятия, включающая в себя осознанность и мышление).

**III. Дополнительные свойства:** апперцепция – зависимость восприятия от прошлого опыта, от общего содержания психической деятельности человека и его индивидуальных особенностей; активность восприятия – установка на восприятие, избирательность (преимущественное выделение одних предметов по сравнению с другими).

Важнейшими свойствами образа восприятияявляются предметность, структурность, подвижность и управляемость, целостность, константность, избирательность.

**Виды восприятия**

**I. По модальности:** слуховые (звуков, речи; например, симфония), зрительные (цвета, формы, величины; например, картина), осязательные (температуры, гладкости и др.),

**II. По форме существования материи:** пространства, времени, движения.

Восприятие людей друг друга в обществе называется **социальной перцепцией**.

Восприятие социальных объектов – себя и других – подчиняется тем же механизмам, о которых говорилось ранее, но некоторые из них имеют свои специфические проявления. Так, например, фактор «предшествующий опыт» проявляется в феноменах приписывание, установка, стереотипизация и предубеждение.

Приписывание начинает действовать в условиях дефицита информации о другом человеке. Оно осуществляется либо на основе сходства поведения воспринимаемого человека с каким-либо другим образцом, имевшимся в прошлом опыте субъекта восприятия, либо на основе анализа собственных мотивов, предполагаемых в аналогичной ситуации.

Приписывание включается в более общий план – установку. Особенно значительна ее роль при формировании первого впечатления о незнакомом человеке. Экспериментальные исследования показали, что воспринимающий субъект первоначально «видит» другого именно таким, какова была установка.

Стереотип возникает при тенденции «извлекать смысл» из предшествующего опыта, строить заключения по сходству с этим предшествующим опытом, не смущаясь его ограниченностью. Одним из следствий стереотипизации являются предубеждения. Если суждение строится на основе прошлого ограниченного опыта, а опыт этот был негативным, всякое новое восприятие представителя, например, той же самой группы, окрашивается неприязнью.

**7.** **Память** – сквозной познавательный психический процесс, заключающийся в запечатлении, сохранении и воспроизведении следов прошлого опыта, информации.

Память – одна из важнейших особенностей человека, она лежит в основе умственной деятельности и создает хранилище информации, в котором собирается опыт личности и приобретенные знания. Нет этого багажа – нет личности. С древних времен человек искал аналоги памяти. Недаром еще древние греки считали богиню памяти Мнемозину матерью девяти муз, которые покровительствовали всем известным в то время наукам и искусствам. Имя этой богини дало название самой памяти. В научных трудах можно прочитать такие выражения: «мнемическая направленность», «мнемическая задача», «мнемические действия, «мнемическая деятельность». Механизм работы памяти состоит из подпроцессов (запоминания, сохранения и воспроизведения), из этапов переработки информации (сенсорного, оперативного и долговременного), операций по структурированию информации (группировки, кодированию, раскодированию, упорядочиванию), видов памяти (сенсорной, словесно-логической, двигательной, эмоциональной) и средств (опорных слов, наглядных картинок и предметов, пиктограмм, действий). Все эти элементы памяти развиваются в процессе освоения человеческого опыта.

Память представляет собой мнемический процесс, который состоит из следующих **мнемических подпроцессов**: запоминания (запечатления) сохранения, воспроизведения (припоминания) и забывания информации.

**Запоминание** – психическая деятельность, направленная на закрепление в памяти новой информации путем связывания ее с приобретенным ранее знанием. Это процесс образования и закрепления в мозгу следов возбуждения и соответствующих нервных связей.

**Сохранение** – подпроцесс памяти, в результате которого в коре головного мозга удерживается полученная информация.

**Припоминание** – подпроцесс памяти, в результате которого происходит актуализация закрепленной ранее информации.

Припоминание существует в двух формах:

**1) узнавание** – актуализация объекта в условиях повторного восприятия; это появление чувства знакомости при повторном восприятии;

**2) воспроизведение** – извлечение образцов прошлого, локализованных во времени и пространстве, без опоры на объект; это процесс появления в сознании представлений памяти, ранее воспринятых мыслей, осуществление заученных движений, в основе чего лежит оживление следов, возникновение в них возбуждения.

Процесс сохранения имеет обратную сторону своего проявления – процесс забывания, который представляет собой активную блокаду некоторой информации. **Забывание** – процесс, заключающийся в невозможности извлечения ранее закрепленного в памяти. Известны две особенности, которые сопровождают подпроцесс забывания: реминисценция и интерференция.

Эффект реминисценции (Бэллард, 1913) – процесс отсроченной активизации запоминаемого материала, который может проявляться с особой яркостью; это отсроченное воспроизведение, наиболее полное по сравнению с первым воспроизведением. Это явление иногда называют непроизвольным плагиатом. Максимальный уровень воспроизведения материала достигается через 2–3 дня после заучивания.

**Интерференция** – это процесс торможения связей под влиянием предыдущей или последующей информации, которая может даже стираться, если не успела перейти в долговременную память, так как не прошла операции кодирования и не вступила в системные связи с другой информацией.

Существуют и такие разновидности забывания, как проактивное и ретроактивное торможение.

**Проактивное торможение** – забывание материала под влиянием деятельности, предшествующей заучиванию.

**Ретроактивное торможение** – забывание материала под влиянием деятельности, следующей за заучиванием.

Обеспечивают память следующие действия: повторение, планирование, смысловые связи, заголовки, внешние опоры (картинки, знаки, пиктограммы, ментальные карты).

Информация сохраняется благодаря следующим операциям: группировка, кодирование, упорядочивание, декодирование.

**Функции памяти:** фиксация; переработка; воспроизведение содержаний в поведении и сознании.

Предлагаем классификацию видов памятипо следующим основаниям (критериям).

1. **По характеру психической активности (по характеру информации):**

а) двигательная (психомоторная); б) эмоциональная; в) образная; г) словесно-логическая.

Каждый вид памяти связан с определенной зоной коры головного мозга или подкорковыми зонами. Двигательная (моторная) память проявляется в запоминании и воспроизведении движений и их систем. Эмоциональная память – это память на пережитые чувства. Образная память имеет центры в перцептивных зонах коры и подкорки в соответствии с видом информации: зрительной, слуховой, обонятельной, осязательной, вкусовой. Словесно-логическая память выражается в запоминании, сохранении и воспроизведении мыслей, понятий, словесных формулировок.

**II.** **По характеру целей (по волевому участию):**

а) произвольная (ставится цель знать и помнить); б) непроизвольная (запомнилось без усилий, случайно, из интереса). Разновидностью непроизвольной памяти является **эйдетическая память**, для которой характерна фотографическая идентичность.

**III. По продолжительности удержания информации:**

а) сенсорная (суперкратковременная) или сенсорный регистр (сенсорный регистр в зрительной модальности назван У. Найссером иконической памятью, в слуховой модальности – эхоической памятью) – до 3 секунд;

б) кратковременная – несколько десятков секунд (предложена в 1965 г. Д. Норман и Н. Во);

в) оперативная – для выполнения конкретной операции, действия;

г) долговременная;

д) рабочая память (предложена в 1974 г. А. Бэддели и Г. Хитчем) – для осуществления текущей деятельности, присутствует в сознании.

Сенсорная память – это процесс небольшой длительности (несколько секунд или минут), но достаточной для точного воспроизведения только что происшедших событий, воспринятых предметов и явлений. Сенсорная и оперативная / рабочая / кратковременная (близкие по смыслу названия у разных авторов) память обслуживают конкретную деятельность человека и обеспечивают ее необходимой информацией, удерживая часть информации на протяжении деятельности. Долговременная память сохраняет информацию на протяжении всей жизни, перерабатывает ее по мере поступления новой информации и использования ранее полученной.

В. Вундт и С. Стернберг предложили, что объем кратковременной памяти равен шести единицам. Дж. Миллер в работе «Магическое число семь плюс или минус два» ввел в психологию число 7 ± 2: «Кратковременная память ограничена именно числом запоминаемых единиц, а не количеством информации, которая в них содержится». Процесс укрупнения ячеек Миллер назвал «перекодированием»: мы можем увеличить число информации, приходящейся на одну ячейку памяти, путем построения все больших и больших ячеек, чтобы каждая ячейка содержала больше информации, чем раньше» (Нуркова В. В., Березанская Н. Б. Общая психология: учебник для академ. бакалавриата. – 3-е изд., перераб. и доп. – М. : Юрайт, 2015. – С. 458). Перекодирование – это процесс, в ходе которого ранее изолированные элементы объединяются в организованные структуры (например, создание осмысленных слов из потока буквенной стимуляции: ОРВИ – МХТ – ООН – ЮАР, из 13 ячеек по букве сокращаем до 4 ячек).

**Долговременная память** включает в себя процедурную и декларативную память.

**Процедурная** память включает в себя условные рефлексы, явления предшествования, двигательные и когнитивные навыки, обеспечивает способ выполнения действия, игнорируя его содержание (Как ходить? Как считать? Как строить предложение?). Парадокс процедурной памяти заключается в том, что после того, как навык приобретен, мы способны восстановить его достаточно быстро, даже если длительное время не упражнялись в нем.

**Декларативная** память состоит из эпизодической (временной), семантической (нейтральной, постоянной) и автобиографической (личностной, постоянной).

**Эпизодическая** память по объему значительно превосходит рабочую память (Э. Тульвинг, 1972). В ней сохраняется событийная информация в полимодальной форме до востребования ее семантической или автобиографической памятью. В ней хранятся локализованные по времени эпизоды: прошлое, настоящее и будущее, «хроника» по пространственно-временному признаку. Информация в ней не развивается, не изменяется качественно.

**Семантическая** память обеспечивает применение правил, формул, качественное преобразование информации. Главная функция – создать объективное описание мира. М. Р. Квиллиан утверждал, что информация хранится в иерархических сетевых структурах, которые состоят из узлов (обобщений) и связей между ними (личностного отношения). В узлах сосредоточиваются набор свойств (по принципу наследования свойств) и сведения (по принципу когнитивной экономии), справедливые для общих категорий.

**Автобиографическая** память включает в себя информацию о личностно значимых событиях, особое состояние автоноэзиса («Я вспоминаю»). Это хранилище для субъективной, окрашенной личными мотивами и ценностями картины прошлого. Главный организующий принцип – пристрастность. Функции: 1) интерсубъективная – связана с жизнью человека как члена социума, включает в себя передачу опыта своей жизни новому поколению, предсказание поведения других людей по аналогии с событиями своей жизни; 2) интрасубъективная – предполагает выбор целей и тактик на основе своих поступков в прошлом, управление настроением; 3) экзистенциальная функция характеризует ядро личности, формирование идентичности, периодизацию своего жизненного пути, смыл жизни, рефлексию, самопознание, самоопределение, самоотнесенность, уникальность жизни и ее интеграцию.

**IV. По степени использования средств запоминания:**

а) непосредственная – специальные средства не применялись; б) опосредованная – использовались какие-либо средства для запоминания, например, образы, схемы, предметы.

Все виды памяти тесно взаимосвязаны друг с другом, дополняют друг друга, согласованно работают при протекании процессов запоминания, сохранения, забывания и воспроизведения. Преобладание каких-то видов памяти у одного человека компенсирует недостатки в развитии других видов памяти. Скорость и интенсивность протекания мнемических процессов зависит от особенностей нервной системы и прежде всего от силы и подвижности процессов возбуждения и торможения.

**V. По доступности воспоминания для осознания:**

– эксплицитная память включает в себя произвольную и сознательную актуализацию зафиксированного опыта;

– имплицитная память – в ее рамках не удается произвольно и сознательно актуализировать опыт, наличие которого может быть выявлено косвенными методами, так как забытое все еще существует в нашей памяти (У. Пенфилд, 1959; Л. Якоби, 1989). Эффект предшествования – о наличии информации в имплицитной памяти.

Собственно психологические учения о памяти намного старше ее медицинского, генетического, биохимического и кибернетического исследований. Одной из первых психологических теорий памяти была **ассоциативная теория**. Она возникла в XVII в., активно разрабатывалась в XVIII и XIX вв. в Англии и Германии. В основе данной теории лежит понятие **ассоциации** – связи между отдельными психическими феноменами, разработанное Г. Эббингаузом, Дж. Миллером, А. Пильцекером и др. Память в русле этой теории понимается как сложная система кратковременных и долговременных ассоциаций по смежности (например, запоминаемая информация связывается с местом на листе бумаги, где она была записана, с положением тела воспринимающего), сходству (например, «река текла как дождь, лежащий на боку, а дождик шел, как речка в вертикали»), контрасту (например, в жаркий полдень может возникнуть в сознании образ снежного поля), смыслу, временни и пространственной близости. Именно на этой теории построен ассоциативный эксперимент. Ассоциации обеспечивают автоматическое, непроизвольное воспроизведение.

Основоположником экспериментального изучения памяти является немецкий психолог Г. Эббингауз, который в 1885 г. опубликовал первое экспериментальное исследование памяти (рис. 4). Г. Эббингаузу принадлежит разработка ряда методов количественного учета процессов заучивания и сохранения.



Рис. 4. Кривая забывания по Г. Эббингаузу

Благодаря ассоциативной теории были открыты и описаны многие механизмы и законы памяти, например, **закон забывания Г. Эббингауза (кривая забывания).** Целью Эббингауза было исследование «чистой» памяти, на которую не могут влиять процессы мышления. Для этого им был предложен метод заучивания бессмысленных слогов, состоящих из двух согласных и гласной между ними, не вызывающими никаких смысловых ассоциаций (например, бов, гис, лоч и т. п.). В ходе опытов было установлено, что после первого безошибочного повторения серии таких слов забывание идет вначале очень быстро. Уже в течение первого часа забывается до 60 % всей полученной информации, через 10 часов после заучивания в памяти остается 35 % от выученного. Далее процесс забывания идет медленно, и через 6 дней в памяти остается около 20 % от общего числа первоначально выученных слогов, столько же остается в памяти и через месяц. Кривая забывания была получена с использованием **метода сбережения (экономии) Г. Эббингауза**. Оказалось, что для повторного заучивания в большинстве случаев требуется меньше повторов, чем для первичного, т. е. повторное заучивание начинается не с «нуля», а опирается на следы первичного. Разность этих чисел (количество повторов при первичном заучивании и количество повторов при втором заучивании) и составляет «экономию».

**Эффект неосознаваемой установки** был открыт Д. Н. Узнадзе. Он представляет собой готовность субъекта к совершению определенного действия или к реагированию в определенном направлении, являющемуся результатом его прошлого опыта. Установки могут быть перцептивными, моторными и интеллектуальными.

**Теория уровневой переработки информации** разработана Ф. Крейком, Г. Локхартом (1972) и относится к когнитивной психологии. В ней просматривается влияние А. Трейсман. В ней представлена поэтапная иерархическая система переработки информации: первичный анализ сенсорных качеств объекта, перцептивный анализ, семантическая обработка, самореференция (соотнесение с «Я-системой»). Последующее включение материала в более высокоорганизованную деятельность ведет к лучшему запоминанию (П. И. Зинченко). По мере прохождения все более глубокого уровня переработки все более прочным становится **след памяти**, который рассматривается как побочный продукт этой переработки. Качество следа памяти может служить маркером глубины переработки **(**Ф. Крейк, Г. Локхарт). Это явление называется **эффектом уровневой переработки** – качество следа памяти является функцией глубины переработки информации, с переходом процесса переработки на более «глубокий» уровень возрастает и эффективность непроизвольного запоминания материала.

**Позиционный (краевой) эффект** **(Г. Эббингауз)** – лучше всего воспроизводятся элементы начала ряда и конца ряда, а хуже всего воспроизводятся элементы, смещенные от центра к концу ряда.

**Эффект фон Ресторф** (1933) – если в заучиваемом ряду разнородные элементы перемежаются с большим количеством однородных, то эти разнородные элементы сохраняются в памяти лучше, чем однородные.

**Закон накопления и распределения повторений А. Йоста** – **«**при фиксированном количестве повторений распределенные во времени повторения оказываются более эффективными, чем одновременные». Учитывая общее замедление забывания со временем, при больших интервалах между повторениями эффект становится еще более выраженным. Мюллер-Пильцекер предполагала, что обусловленные упражнением биофизические процессы продолжаются еще некоторое время после каждой серии повторений и способствуют запоминанию.

**Эффект параллелограмма развития памяти** (А. Н. Леонтьев, 1931) – повышение продуктивности запоминания с возрастом носит нелинейный характер. В исследовании дошкольники запоминают материал хуже, чем школьники, а школьники уступают взрослым. Однако суть выявленной закономерности заключается в том, что с дошкольного до среднего школьного возраста темп развития запоминания с помощью внешних средств (карточек) значительно превышает темп развития непосредственного запоминания. Напротив, со школьного до взрослого возраста повышение показателей запоминания без использования внешних средств идет быстрее, чем возрастание результатов внешне опосредованного запоминания. Школьник, опосредствующий свое запоминание опорой на внешние средства, совершает скачок в продуктивности. У взрослых же происходит скрытый процесс «вращивания» внешнего средства и превращения его во внутреннее, психологическое средство: «внешне опосредованное запоминание превращается во внутренне опосредованное».

**Эффект незаконченного действия** (Б. В. Зейгарник, 1927) – незавершенные (прерванные) задания воспроизводились лучше, чем завершенные. Существует связь напряженного состояния психологического поля (потребность довести решение до конца) и продуктивности актуализации воспоминания. Если цель была достигнута и, следовательно, мотивационное напряжение снято, то испытуемые значительно реже воспроизводили содержание выполненного задания.

**8.**Представление и воображение. В быту представление часто смешивают с воображением. **Представление** – это психический процесс, заключающийся в **вос**создании образов объектов, которые в данный момент не действуют на наши органы чувств, но ранее когда-то действовали. В воображении же мы **соз**даем такой образ, который никогда ранее не воздействовал на наши органы чувств. Правильнее сказать: вообразите себя лауреатом Нобелевской премии, а не представьте, если вы на самом деле не лауреат Нобелевской премии. От образа-представления как продукта следует отличать представление как процесс преднамеренного и произвольного создания образа и мысленного манипулирования (оперирования) им при решении различного рода задач.

Представления находятся в сложной взаимосвязи с другими психическими процессами. С ощущением и восприятием представление роднит образная, наглядная форма их существования. Но ощущение и восприятие всегда предшествуют представлению, которое не может возникнуть на пустом месте. Представление как раз и является результатом обобщения ряда существенных, а иногда и несущественных признаков объекта.

Представления часто выступают в роли эталонов. Это обстоятельство сближает их с процессами познания. Опознание предполагает наличие, по крайней мере, двух объектов – реального, воспринимаемого, и эталонного. В представлениях такая раздвоенность отсутствует.

Представление – это вторичные образы, воссозданные на основе прошлого опыта. Часто представления называют образами памяти, так как в обоих случаях идет воспроизведение прошлого опыта человека. Но в представлении отсутствуют процессы запоминания и сохранения. В процессе припоминания человек всегда осознает связь с прошлым, в представлении же помимо прошлого может отражаться настоящее и будущее. «Взаимопроникновение наглядного и обобщенного» в представлениях (Б. Г. Ананьев) составляет их отличительную особенность и позволяет говорить о представлении как о самостоятельном психическом процессе.

**Свойства и виды образа представления**

Представление имеет следующиесвойства:

1. Панорамность – образ может выходить за границы поля зрения, быть развернутым, шире поля.
2. Фон, на котором видим предмет, может меняться в представлении.
3. Нет константности образа, есть нарушения, образ меняется по абсолютной величине, может быть больше или меньше реального объекта.
4. В образе идет сокращение, обобщение. Может быть временнáя панорамность: объединение, сжимаемость событий с нарушением последовательности, можно услышать симфонию в одну минуту. Возможны сдвиги в изображении длительности: событие тянется в памяти, а было всего лишь минуту, годы могут в представлении сжиматься, а один день – растянуться.
5. В представлении может происходить смещение окраски в сторону основных цветов либо обесцвечивание вообще. Чаще образы в памяти бледнеют, интенсивность их снижается, реже – наоборот.
6. Фрагментарность образов представления: запоминается лучше то, что произвело большее впечатление, но образ остается целостным.
7. Обобщенность – представляется не конкретный стул, а вообще; образы схематизируются.

**Виды представлений**

В зависимости от особенностей предмета представления выделяют дваосновных вида: **визуальные**, за которыми стоит конкретный образ, и **абстрактно-логические**, за которыми стоят абстрактные понятия (А. Ричардсон). Наиболее распространенной является классификация визуальных представлений по модальному признаку (Б. Г. Ананьев). Она включает зрительные, обонятельные, слуховые, осязательные, вкусовые, кинестетические, органические представления. Последние представления – о функциональных состояниях организма, отдельных органов и частей тела. Здесь в качестве основания классификации используется вид анализатора.

Отдельным видом представления можно выделить **идеомоторные представления** – представления движения. Особенно актуальны они для спортсменов, артистов балета, танцоров, музыкантов, когда непосредственно перед действием или движением они должны представить его в мельчайших подробностях, опираясь на прошлый опыт.

В соответствии с формами существования материи выделяют такие два вида представлений, как представления о пространстве и времени. И те, и другие являются полимодальными, но можно выделить отражение пространственных и временных характеристик отдельно на уровне зрительного и кинестетического анализаторов.

На основании времéнной отнесенности представлений была предложена классификация образов на репродуктивные и антиципирующие (предвосхищающие) (Ж. Пиаже). В свою очередь каждый из них может быть: а) статическим (представления о неподвижном объекте); б) кинетическим (представления о разных видах движения); в) преобразующим.

**Воображение** – это самостоятельный психический процесс, заключающийся в создании образов предметов и явлений, которые в данный момент не действуют на наши органы чувств и ранее никогда не действовали, т. е. никогда не воспринимались человеком раньше.

Без воображения не было бы возможно развитие науки, техники, искусства. Практика–критерий правильности образов воображения. Существуют, конечно, и пустые воображения. В жизни часто воображение называют фантазией.

**Функции воображения**

1. Опережающее отражение – возможность вообразить результаты действия до начала действия и его промежуточные этапы, осознать результат целенаправленной деятельности.
2. Эвристическая – нахождение принципиально нового, неизвестного знанию. Эврика – «я нашел».
3. Компенсаторная – возникает при неудовлетворенных потребностях, когда воображение создает иллюзию удовлетворения потребности, а наши мечты о желаемом приглушают саму потребность.
4. Регуляторная – человек способен управлять своим эмоциональным состоянием, снимать порождаемую потребностями и мотивами напряженность.
5. Прогностическая – обеспечивает программирование деятельности*,* составление творческих программ, оценку их правильности, процесс реализации.

**Характеристика некоторых видов воображения**

1. **Пассивное воображение** – уход от жизни в область фантазии, грез, замещающих реальную действительность: а) произвольное – человек специально вызывает мечты, использует их для защиты своей личности от ударов судьбы. После неприятностей человек более склонен к воображению; б) непроизвольное – образы возникают сами собой, например: читая интересную книгу, человек живет жизнью ее героев; а также это дрема, сновидения, быстрые фазы сна, галлюцинации.

**2. Активное воображение**: а) воссоздающее воображение – это создание образа по описанию в результате чтения художественной литературы, важный вид при обучении географии, черчению, истории, литературе: б) творческое – самостоятельное создание образов. Это необычность, новизна взгляда на мир.

С феноменом воображения в практической деятельности людей связан процесс художественного творчества*.* Никакая фантазия не способна изобрести нечто такое, что человеку не было бы известно (разумеется, отдельные детали).

**Способы синтезирования образа воображения**

1. Агглютинация – «склеивание» несовместимых частей, процесс образования новых образов путем объединения уже существующих элементов, несовместимых в реальности частей предметов, качеств, свойств, размеров, например: русалка, кентавр, избушка на курьих ножках, аккордеон, человек-амфибия.
2. Гиперболизация / литота – преувеличение / преуменьшение предметов, их частей и качеств. Например, Гоголь писал, что «редкая птица долетит до середины Днепра». Примером могут служить образы Гаргантюа, Пантагрюэля, Гулливера, Мальчика-с-пальчика, Дюймовочки.
3. Заострение – это подчеркивание каких-либо признаков, акцентирование какого-то одного элемента в образе, при котором он доводится до неузнаваемости, и появляется новый образ или новый взгляд на него: шаржи, карикатуры.
4. Типизация – выделение существенного в однородных явлениях и воплощение его в каком-либо конкретном образе из несуществующих деталей, например, «идеальный муж», «идеальная жена» – образы воображения.
5. Схематизация – сглаживание различий и выявление сходства.

Воображение – это психический процесс по созданию новых образов, предметов и явлений, программ поведения, которые помогают представить ход и результат труда до его начала.

**9.**Мышление в чистом виде как совершенно независимый, самодостаточный психический процесс реально не существует, оно неотделимо от восприятия, внимания, воображения, памяти, речи и т. п. **Мышление** – это высший познавательный психический процесс, заключающийся в опосредованном и обобщенном отражении наиболее существенных свойств, связей и отношений между предметами и явлениями действительности.

Мышление противопоставляется непосредственному, т. е. чувственному познанию мира. Как можно чувственным познанием отразить скорость света? Любой процесс имеет внутреннее движение (начало – фазовую динамику – завершение).

**Мышление как процесс**

Исходными моментами мышления являются вопросы или проблемы типа: «Что такое? Почему? Как от этого избавиться? Кто виноват? Что делать?» Появление подобных вопросов обычно свидетельствует о «проблемной ситуации», в которой оказался индивид, ситуации, вызывающей мыслительное напряжение. Психологи определяют ее как «стимул» мыслительной активности.

Осознать, сформулировать вопрос – значит подняться до известного понимания, а понять, правильно определить проблему – значит найти метод для ее разрешения.

Для того чтобы мышление состоялось, нужна потребность и проблемная ситуация.

Если нет желания включиться в проблему, мышление не начнется. Мышление будет присутствовать, пока не решена проблема: от нескольких минут до нескольких часов. Для того чтобы ее решить, надо выдвигать и перебирать гипотезы, т. е. совершать мыслительные операции. Завершается мыслительная деятельность формулированием ответа-мысли, формулировкой нового суждения.

Выделяют 4 стадии решения проблемы: подготовка, созревание решения, вдохновение, проверка найденного решения.

Мыслительная деятельность реализуется как на уровне сознания, так и на уровне бессознательного, характеризуется сложными переходами и взаимодействиями этих уровней.

**Основные мыслительные операции**

**Абстрагирование** – вычленение отдельных признаков изучаемого предмета и отвлечение от остальных. При выполнении операции абстрагирования важно вычленение существенных признаков предмета; отказ от несущественных свойств и связей.

**Анализ** – мысленное разложение исходных представлений на составные части, элементы или характеристики.

**Обобщение** – мысленное объединение предметов и явлений по тем общим и существенным признакам / критериям, которые выделяются в процессе абстрагирования и могут служить основаниями для классификаций.

**Синтез** – мысленное воссоединение целого из частей, соединение различных сторон объекта в единое целое в новых сочетаниях.

**Сравнение** – установление сходства или различия между объектами, соотнесение выделенных или найденных элементов с уже знакомыми для выведения тождества или различия между объектами и их элементами.

**Конкретизация** – мысленный подход от общего к единичному, который соответствует этому общему.

В одном мыслительном процессе может быть несколько мыслительных операций. Представленная выше последовательность мыслительных операций – это не догма. Последовательность операций в разных мыслительных процессах может быть разной.

Существует несколько оснований для выделения видов мышления.

**I.** **По генезу:** **филогенетический и онтогенетический**.

Первая стадия развития мышления в фило- и онтогенезе называется **наглядно-действенным** мышлением, или **предметным**. Для разрешения ситуации необходима манипуляция с предметами. Это первичный, самый простой вид мышления. Он есть и у обезьян, и у ребенка. Это был первый вид мышления, освоенный первобытными людьми.

**Наглядно-образное**, или **образное** мышление – вид мышления, характеризующийся опорой на представления и образы. Оно есть только у человека. В онтогенезе эта стадия развития мышления соответствует раннему и дошкольному детству. В филогенезе эта стадия соотносится с эпохой Возрождения.

**Словесно-логическое, понятийное, теоретическое** мышление основывается не на практических действиях, а на манипуляции понятиями, выраженными словами; вид мышления, осуществляемый при помощи логических операций с понятиями. Этот вид мышления необходим для учебной, учебно-профессиональной и трудовой деятельности. В филогенезе его можно соотнести с эпохой Просвещения – временем накопления строгих теоретических обобщений, научных законов, формул и т. д.

**Абстрактный вид** мышления – в основе лежит абстракция как мыслительная операция, состоящая в вычленении одного признака объекта, явления и отвлечении от других, в отделении несущественного от существенного; предполагает использование как пространственных образов, цифр, формул, схем, так и речи. Различают наглядную и понятийную абстракцию. Наглядная абстракция функционирует при восприятии схем, таблиц, чертежей. Понятийная абстракция выходит за пределы того, что возможно воспринять органами чувств. Она создает с помощью слова понятие, в котором должны быть отражены существенные признаки, явления. В онтогенезе этот тип мышления присущ людям, занимающимся научной деятельностью, философам, изобретателям, конструкторам и т. д. В филогенезе эту стадию развития мышления можно соотнести с XX–XXI веками: с авангардом в искусстве, прогрессом в науке и технике (полеты в космос, создание компьютеров, Интернета, сотовых телефонов, клонирования, нанотехнологий и т. д.).

Причем, не обязательно, что у всех взрослых есть словесно-логическое, или понятийное, и абстрактное мышление, оно может не сформироваться; а у некоторых детей уже в 3 года есть зачатки понятийного и абстрактного мышления.

**II. По средствам воздействия:**

*–* невербальное (наглядное) – материал для мыслительной деятельности представлен в наглядной, конкретной форме (муляжи, лабораторное оборудование, числа и т. д.),

*–* вербальное– материал для мыслительной работы представлен в словесном описании.

**III. По характеру протекания познавательных процессов (по степени рефлексии):**

*–* интуитивноемышление осуществляется как непосредственное «схватывание» ситуации, «усмотрение» решения без осознания путей и условий его получения;

*–* аналитическое(рациональное) мышление совершается путем логических умозаключений, постоянно приводящих к правильному пониманию основного принципа, закономерности.

**IV. По характеру выполняемых задач (по типу проблемы):**

*–* практическое (эмпирическое) мышление обычно имеет место, когда человеку приходится разрешать конкретную ситуацию; часто в условиях дефицита времени (на предприятии, на месте происшествия и т. д.);

*–* теоретическое мышление имеет место, когда стоящие перед человеком задачи решаются в общем виде, подчинены поиску основной закономерности, умению оперировать общими понятиями.

**V. По функциям:**

*–* продуктивное (творческое, созидательное) мышление – порождение новых идей, поиск оригинального решения задачи. Творческое мышление возможно в условиях свободы от критики, внешних и внутренних запретов;

*–* репродуктивное (вторичное, стереотипное) – решение типичных задач по заранее усвоенной схеме.

К индивидуальным особенностям мышления(качествам ума) человека относятся:

1. Самостоятельность, способность увидеть проблему, поставить задачу и противостоять сбивающим факторам, авторитетам.

2. Оригинальность – свежесть и неожиданность подхода, взгляда, «безумность идеи», которая очень ценится в науке. Нильс Бор говорил, что «эта идея хороша, но надо проверить, достаточно ли она безумна, чтобы быть очень хорошей».

3. Креативность – показатель творческого мышления.

4. Гибкость – отказ от стереотипов, легкая смена вариантов, т. е. пластичность, и ригидность – консерватизм, стереотипность, косность мышления.

5. Быстрота, подвижность проведения мыслительных операций и медлительность, инертность, вязкость. От быстроты ума (подвижности) отличается торопливость ума.

6. Конвергентность мышления (связана с решением задач, имеющих единственный правильный ответ, не признающий альтернатив) / дивергентность мышления (допускается существование нескольких одинаково правильных ответов на один и тот же вопрос).

Существует 3 формы логического мышления.

**Понятие** – это форма мышления, в которой отражаются общие, существенные и отличительные признаки предметов и явлений. Понятие аккумулирует все мысли о явлении в одном слове, в языке одно слово – закодированное понятие.

**Суждение** – форма мышления, которая отражает связи между предметами и явлениями, их свойствами и признаками; связь между понятиями в словесном или знаковом виде, содержащая утверждение или отрицание какого-либо положения относительно предметов, явлений и их свойств.

**Умозаключение** – форма мышления, в процессе которой человек, сопоставляя и анализируя различные суждения, выводит из них новое суждение; это связь между мыслями или суждениями, в результате которой из двух или нескольких суждений получается другое, значение которого извлечено из предыдущих. Исходное суждение называется посылкой. Типичная форма умозаключения – силлогизм – состоит из большой и малой посылки. Например: все металлы электропроводны. Медь – металл. Итоговое суждение – медь – проводник электричества.

Умозаключения бывают индуктивными и дедуктивными. **Индукция** – это вид умозаключения, предполагающий движение мысли от частного, единичного к общим положениям. **Дедукция** – это вид умозаключения, предполагающий движение мысли от общего к частному, от обобщения к примерам.

**Теории мышления**

Познание механизмов, благодаря которым формируется мышление, – одна из самых интересных и давних сфер изучения психологов.

Существует несколько концепций развития когнитивных процессов. После работ структуралистов началась борьба между сторонниками различных точек зрения, особенно между бихевиористами и когнитивистами.

В русле **бихевиоризма** **(Уотсон)** предполагается, что мысль порождается той же двигательной активностью, что и речь; единственная разница между этими двумя процессами состоит в том, что мысль представляет собой внутренний диалог, а речь – это мысль, произносимая вслух. Доказано, что мышление сопровождается скрытой двигательной активностью, однако оно возможно и без нее. Более того, не доказано, что речь – всегда точная копия мысли. Наши слова бывают иногда беднее, чем переполняющие нас мысли и чувства, а также мы можем говорить совсем не то, что думаем.

По мнению **когнитивистов (Брунер, Пиаже)**, развитие мышления связано с использованием понятий, благодаря которым ребенок может организовать информацию и предвидеть последствия своих действий.

Согласно Брунеру, существует несколько способов отображения действительности.

Сенсомоторное отображение действительностипредполагает, что наше познание мира носит прежде всего чувственный и двигательный характер. Ничто не может быть включено в мысль, не пройдя сначала через наши чувства и двигательную активность, направленную во внешний мир (дошкольный возраст). Иконическое отображение включает в себя процессы интериоризации и отложения в памяти образов воспринятых ребенком реальных объектов, что является первым шагом к символическому представлению и характерно для школьного возраста.

Символическое отображение формируется в подростковом и юношеском возрасте одновременно с усвоением понятий и развитием речи, причем язык представляет собой важнейшее орудие развития когнитивных процессов.

Сходная точка зрения, согласно которой развитие познавательных процессов неотделимо от развития речи, была высказана Л. С. Выготским в 1934 г., который утверждал, что язык служит для ребенка важной опорой в окружающем мире (1962, 1978), является не только средством передачи культурного наследия, но и регулятором поведения (так как слово может инициировать или подавлять то или иное действие; А. Р. Лурия, 1961).

С точки зрения Пиаже, развитие когнитивных процессов представляет собой результат постоянных попыток индивидуума адаптироваться к изменениям окружающей среды, выводящим его из равновесия, либо вырабатывать новые структуры, или схемы, к которым относятся рефлексы, навыки, усвоение понятий. Приспособление осуществляется с помощью двух механизмов:

1) ассимиляции, при которой индивидуум пытается приспособить новую ситуацию к существующим структурам, и

2) аккомодации, при которой старые схемы модифицируются с целью их приспособления к новой ситуации.

Пиаже выделяет три стадии развитияпознавательных процессов:

1) сенсомоторная – развитие чувствительных и двигательных структур (первые два года жизни); 2) конкретных операций – символическая деятельность, включающая в себя освоение языка, слов, понятий, жестов, которые ребенок видит и слышит, поэтому его мышление на этой стадии эгоцентрично,однако оно позволяет ему сравнивать предметы, классифицировать их, осуществлять над ними конкретные действия (2–12 лет); 3) формальных операций – развитие абстрактного мышления, проведение умственных действий путем ассоциирования понятий, активное формулирование гипотез и дедуктивных заключений; развитие понятийного мышления (12–15 лет).

Однако исследования других ученых показали, что мыслить абстрактно могут только 25–50 % людей. Развитие формального мышления зависит не только от уровня образования человека, но и от его наследственности (задатков), жизненного опыта, мотивации и интересов.

**10.** Язык и речь– самые главные приобретения человечества. Язык – это система взаимосвязанных знаков. Какие существуют знаки, такие и языки: машинные языки, язык морской, азбука Морзе, язык флажковый и т. д.

Мы пользуемся словесными знаками – языком словесных знаков. Знак – это символ. Слово – разновидность знаков, это содержание, условно связанное с тем или иным звучанием или написанием суммы нашего знания о предмете или явлении. Важно отличать язык от речи. Язык един для всех людей, пользующихся им. Речь – реализация языка, язык в действии, язык, функционирующий в контексте определенного сознания (индивидуального), преломленный в культурной среде, который зависит от образования, воспитания, профессии, возраста, национальности человека. Речь является индивидуально своеобразной. Речь – это использование языка для передачи информации. **Речь** –это сквозной познавательный психический процесс, служащий для формулирования мыслей и функционирующий в контексте определенного индивидуального сознания.Речь без усвоения языка невозможна, в то время как язык может существовать и развиваться относительно независимо от человека, по законам, не связанным ни с его психологией, ни с его поведением. В речи выражается психология отдельно взятого человека или общности людей, для которых данные особенности речи характерны.

Язык отражает в себе психологию народа, для которого он является родным*.* Связывающим звеном между языком и речью выступает значение слова. Оно выражается как в единицах языка, так и в единицах речи.

Со значением слов непосредственно связано представление о них как о понятиях.Каждое такое слово представляет собой понятие, относящееся не к одному предмету или явлению, а к целому их классу, выделенному по совокупности общих и специфических признаков. Знать понятие – значит уметь правильно указать на объем и содержание соответствующего понятия, например: дерево – такого предмета нет, это понятие, а есть ель, сосна, дуб, береза и т. д. Понятие фиксирует существенное и игнорирует несущественное в предметах и явлениях, оно может развиваться за счет обогащения своего объема и содержания. Новое знание может входить в старую систему понятий и выражаться с помощью уже известных слов, поэтому редко возникает необходимость придумывать новые слова.

Анатомо-физиологической основой речи являются большие полушария головного мозга, т. е. речевая деятельность связана с работой больших полушарий головного мозга: левое полушарие является ведущим в речевой деятельности, правое влияет на модуляцию голоса, тембр и т. п.

Речевая аффектация идет по трем каналам: двигательному, слуховому и зрительному. Речевые зоны коры представлены несколькими анализаторами. Речь носит рефлекторный характер. Ее мозговую структуру составляют второсигнальные связи. Но первосигнальные компоненты тоже всегда включаются в речевой рефлекс в виде звучания (устная речь), оптических моментов (зрительная речь) и т. д. Однако своеобразие речи каждого человека объясняется прежде всего социальными факторами.

В больших полушариях существуют 4 речевых центра, которые выполняют свои функции во взаимодействии с другими отделами системы. Выпадение отдельных звеньев системы ведет к нарушению различных видов речевой деятельности.

Центр Брока расположен в верхней лобной извилине левого полушария и связан с громкостью произношения речи. Центр Вернике расположен в височной извилине левого полушария и связан с пониманием смысла. Зрительный центр расположен в затылочной доле левого полушария и связан с процессом чтения. Центр письма (графический) расположен в средней лобной извилине левого полушария и связан с письменной речью.

Рассмотрим некоторые психологические теории, объясняющие процесс формирования речи.

**Теория речевого развития***.* В организме и мозге человека с рождения имеются некоторые специфические задатки к усвоению речи в ее основных атрибутах. Но развитие речи без проблем происходит только в течение сензитивного периода (от 0 до 3 лет, от 9 до 11 лет, от 15 до 17 лет).

**Когнитивная теория***.* Согласно ей, развитие речи зависит от присущей ребенку с рождения способности воспринимать и интеллектуально перерабатывать информацию. Предполагается, что речевое развитие зависит от развития мышления. На развитие речи влияет мотивация ребенка.

Важное место в психологическом изучении рациональных форм познания занимает проблема соотношения мышления и речи*.* Существует несколько психологических теорий взаимосвязи мышления и речи (Брунер, Пиаже). Л. С. Выготский рассматривал речевое мышление как одну из высших психических функций. Каждое слово есть обобщение, и оно является средством формирования понятий, т. е. слово выводит обозначаемый им предмет из сферы чувственных образов и включает его в систему логических категорий, позволяющих отражать и познавать мир глубже.

**Основные функции речи**.

1. Речь – инструмент мышления:

а) сигнальная функция – понимание речи реализуется лишь при условии образования в предшествующем опыте соответствующих сигнальных нервных связей;

б) функция обобщения связана с тем, что слово обозначает не только отдельный, данный предмет, но целую группу сходных предметов, и всегда является носителем их существенных признаков.

В слове как понятии заключено гораздо больше информации, чем может в себе нести простое сочетание звуков. Доказано, что в самые сложные и напряженные моменты мышления у человека наблюдается повышенная активность голосовых связок. Эта активность выступает в двух формах: физической и тонической.

2. Речь как средство общения:

а) коммуникативная функция, т. е. передача информации как внешнее речевое поведение, направленное на контакты с другими людьми;

б) экспрессивная функция (выразительная) помогает передать чувства и отношения говорящего к предмету сообщения;

в) побудительная (волеизлиятельная) функция направлена на то, чтобы подчинить слушателя замыслу говорящего;

г) сигнификативная (обозначения) функция состоит в том, что взаимопонимание в процессе общения основано на единстве обозначения предметов и явлений воспринимающим и говорящим.

По своему жизненному значению речь имеет полифункциональный характер. Она является средством мышления и общения, а также носителем сознания, памяти, информации (письменные тексты), средством управления поведением других людей и регуляции собственного поведения человека.

3.Речь является полиморфной деятельностью, т. е. в своих различных функциональных назначениях представлена в разных формах.

**Классификация видов речи**

**I. По функциональному назначению:**

– внешняя – средство передачи информации, средство общения;

– внутренняя – средство формирования мысли.

Внешняя речь может быть звуковой, жестовой, пальцевой, знаковой, образно-знаковой.

Внутренняя речь направлена на себя. Носит свернутый, фрагментарный характер. В отногенезе формируется к 6 годам жизни и свидетельствует о готовности ребенка к школьному обучению.

**II. По форме передачи (по форме знаков):**

– устная – аудиальные (звуковые) символы;

– письменная – визуальные (графические) символы.

**III. По количеству участников:**

–диалог–активны в равной степени два участника общения, обмен не более 20 словами;

–монолог–доминирующее участие одного участника в общении.

Диалогическая речь не требует специальной подготовки, возникает как ответ на вопрос. Обычно диалогическая речь имеет выраженную профессиональную направленность или аффективна по характеру. Она свернутая, ситуативная, отрывочная, контекстная.

**Библиографический список**

1. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : Изд-во АСТ, 2016. – 352 с.
2. Леонтьев А. Н. Лекции по общей психологии : учеб. пособие / А. Н. Леонтьев; под ред. Д. А. Леонтьева, Е. Е. Соколовой. – 5-е изд., стер. – М. : Academia : Смысл, 2010. – 509 с.
3. Нуркова В. В.Общая психология: учебник для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. – 3-е изд., перераб. и доп. – М. : Изд-во «Юрайт», 2013. – 604 с.
4. Платонов К. К. О системе психологии / К. К. Платонов. – М. : Мысль, 1972. – 216 с. [Электрон. ресурс]. – URL : [https://studfiles.net/ preview/2491295/](https://studfiles.net/%20preview/2491295/)
5. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2002. – 720 с.

**Лекция 3. Основы общей психологии: регулятивные психические процессы**

**План:**

1. **Внимание.**
2. **Эмоции и чувства.**
3. **Мотивация.**
4. **Воля.**

*Основные понятия: внимание, объем внимания, переключение внимания, распределение внимания, концентрированность, интенсивность внимания, устойчивость внимания, доминанта, ориентировочный рефлекс, принцип образования временных условных нервных связей, закон взаимной индукции нервных процессов, закон иррадиации и концентрации нервных процессов, рефлексы сосредоточения, ретикулярная формация, нейроны внимания, произвольное внимание, непроизвольное внимание, постпроизвольное внимание; эмоции, чувства, аффект, амбивалентность, экспрессия, эмпатия, депрессия, астенические эмоции, стенические эмоции, страсть, стресс, праксические чувства, фрустрация, когнитивный диссонанс; потребность, мотив, мотивация, направленность личности, мировоззрение, самооценка, уровень притязаний, локус контроля, интернальный локус контроля, экстернальный локус контроля, каузальная атрибуция, фундаментальная ошибка каузальной атрибуции, мотивационная ошибка каузальной атрибуции, мотивация достижения успеха и избегания неудачи, закон Йеркса-Додсона, органические потребности, надорганические потребности, квазипотребности, аффилиация, альтруизм, агрессивность; воля, волевая регуляция поведения, волевое усилие.*

**1. Понятие внимания.** Главная сложность в определении статуса внимания заключается в том, что его не удается наблюдать в качестве изолированного процесса. Одни исследователи считают, что независимого (самостоятельного) процесса внимания не существует, что оно выступает лишь как сторона или момент любого другого психологического процесса или деятельности человека (Гальперин П.Я.). Другие определяют **внимание** как *сквозной познавательный психический процесс, характеризующий направленность и сосредоточенность сознания человека на определенных объектах при одновременном отвлечении от других в определенный момент времени* (Веккер Л.М).

Считают также, что внимание представляет собой вполне независимое психическое состояние человека (Левитов Н.Д.).

Нуркова В.В. и Березанская Н.Б. определяют **внимание** «как психический процесс, который качественно улучшает результативность деятельности за счет неспецифических в отношении ее содержания механизмов». Они называют следующие *механизмы* внимания: а) мобилизация и распределение ресурсов для оптимального выполнения деятельности; б) блокирование или ослабление информации, препятствующей решению основной задачи; в) активный выбор необходимой стимуляции с опорой на предвосхищение развития ситуации; г) интеграция изолированных содержаний сознания в целостные единицы; д) самоконтроль успешности выполнения действия за счет произвольного выстраивания системы из мыслительных операций.

В качестве обоснования своей точки зрения учёные указывают на то, что в мозге человека можно обнаружить и выделить особого рода структуры, связанные именно с вниманием, анатомически и физиологически относительно автономные от тех, которые обеспечивают функционирование остальных психических процессов.

В качестве **анатомо-физиологических механизмов**, обеспечивающих внимание, рассматривают, как минимум, **доминанту, ориентировочный рефлекс, ретикулярную формацию, нейроны внимания**.

**Доминанта** – временно господствующий в коре головного мозга очаг возбуждения, способный накапливать в себе возбуждение и тормозить работу других нервных центров. Автором учения о доминанте является А. А. Ухтомский (1875-1942), один из основателей физиологической школы ЛГУ. Доминанта обеспечивает прежде всего концентрированность внимания. Например, человек читает газету на вокзале.

**Ориентировочный рефлекс** (ориентировочная реакции) – сложная, многокомпонентная рефлекторная (непроизвольная) реакция организма животных и человека, вызываемая новизной, яркостью и неожиданностью раздражителей, названная И. П. Павловым рефлексом «Что такое?».

**Ретикулярная формация** (скопление нервных клеток, расположенных в стволовой части мозга) находится на пути нервных импульсов, касающихся практически всех познавательных процессов (неспецифические пути афферентного и эфферентного проведения сенсорной информации).

**Нейроны внимания** – клетки-детекторы новизны расположены на всей поверхности и в некоторых внутренних структурах головного мозга.

Все перечисленные анатомо-физиологические факторы в центральной нервной системе существуют автономно и независимо от отдельных сенсорных анализаторов, что говорит о внимании как особенном феномене.

**Внимание** – важное и необходимое условие эффективности всех видов деятельности человека, прежде всего трудовой и учебной. Чем сложнее труд, тем больше требований предъявляет он к вниманию.

Важнейшей особенностью протекания познавательных процессов (ощущения, восприятия, памяти, представления, воображения, мышления, речи) является их избирательный, направленный характер. Эту особенность сознания связывают с таким свойством, как внимание.

Внимание своего особого содержания, результата не имеет, это динамическая сторона всех познавательных процессов.

**Функции внимания**

Активизирует нужные и тормозит ненужные в данный момент психологические и физиологические процессы. Способствует организованному и целенаправленному отбору поступающей в организм информации в соответствии с его актуальными потребностями. Обеспечивает избирательную и длительную сосредоточенность психической активности на одном и том же объекте или виде деятельности. Способствует эффективной работе всей познавательной сфере личности. В системе межчеловеческих отношений внимание способствует лучшему взаимопониманию, адаптации людей друг к другу, предупреждению и своевременному разрешению межличностных конфликтов.

**Виды и свойства внимания.**

**Непроизвольное (природное, пассивное) внимание** вызывают раздражители, соответствующие значимым потребностям индивида. Возникает при действии сильного, контрастного или неожиданного раздражителя. Обеспечивается ориентировочным рефлексом. Связано с интересами человека.

**Произвольное (социально обусловленное, активное) внимание** возникает, если в деятельности человек ставит перед собой определенную цель, задачу и сознательно вырабатывает программу действия. Цель и определяет выделение объектов его внимания, требуя волевых усилий. Ведущая роль в нём 2-й сигнальной системы. Основной функцией произвольного внимания является активное регулирование протекания психических процессов.

**Послепроизвольное (постпроизвольное, вторичное произвольное) внимание** возникает при вхождении в деятельность и появляющемся при этом интересе. Этот вид внимания связан с формированием и прочным закреплением рабочего динамического стереотипа. Послепроизвольное внимание формируется в тех действиях, которые становятся автоматическими, т. е. на высоком уровне освоения деятельности. При этом виде внимания сохраняется целенаправленность и снимается напряжение. Оно обеспечивается доминантой, характеризующей возникший в процессе данной деятельности интерес.

Кроме этих основных видов внимания существуют ещё следующие виды: *непосредственное* – не управляется ничем, кроме того объекта, на который оно направлено и который соответствует актуальным интересам и потребностям человека; *опосредованное* – регулируется с помощью специальных средств, например, жестов, слов, указательных знаков, предметов; *чувственное* связано с эмоциями и избирательной работой органов чувств; *интеллектуальное* связано с сосредоточенностью и направленностью мысли.

**Свойства внимания (УКРОП)**

**Устойчивость внимания** – характеристика внимания во времени, измеряется длительностью сохранения интенсивного внимания. Показатель устойчивости – высокая продуктивность деятельности в течение относительно длительного времени. Устойчивость внимания зависит от особенностей объектов и активности личности, тесно связана с динамическими характеристиками внимания.

**Концентрация внимания** – степень сосредоточенности сознания на объекте, интенсивности связи с ним. Концентрированность внимания означает, что образуется как бы временный центр (фокус) всей психологической активности человека. Обеспечивается доминантой.

**Распределение внимания** – свойство, с которым связана возможность одновременного успешного выполнения (совмещения) двух или более различных видов деятельности (нескольких действий) всвязи с формированием нескольких доминант.

 **Объем внимания** – показатель количества однородных стимулов, находящихся в фокусе сознания одновременно (у взрослого человека – 4–6 объектов, у ребёнка – не более 2–3). Установлено, что при восприятии множества простых объектов в интервале 1–1,5 секунды объем внимания у взрослого человека в среднем равен 5–7 элементам.

**Переключение внимания –** качество, заключающееся в преднамеренном переходе субъекта от одной деятельности к другой, от одного объекта к другому, от одного действия к другому и возвращении к предыдущим до того, как они начали забываться.

**Интенсивность внимания** характеризуется эффективностью восприятия, мышления и памяти в целом.

**Теории внимания. Т. Рибо** определял внимание как состояние организма, в котором сочетаются кратковременная задержка всех физиологических процессов и субъективное переживание сосредоточенности на объекте – внимание как *временное единство сознания (умственный моноидеизм)*, господство одной идеи в сознании в противовес полиидеизму обычного состояния сознания, а двигательные проявления внимания – это равноправные элементы.

**Н. Н. Ланге** рассматривал *внимание как реакцию* организма, *моментально* улучшающую условия восприятия, направленную на объект-цель. Ланге выделял следующие виды внимания: рефлекторное или рефлексивное (безусловно-рефлекторная реакция, осуществляется без участия сознания и эмоций), инстинктивное (условно-рефлекторная реакция с участием эмоций) и волевое (сознательное предвосхищение цели).

Представители гештальтпсихологии рассматривали внимание как физическую энергию, которая усиливает тот процесс и ту часть поля, на которые направлена. Одним из значимых принципов восприятия является *принцип близости*. **В. Келер и П. Адамс** показали влияние внимания на *порог расчленения фигур*: принципы организации феноменального поля начинают проявляться при его меньшей структурной определенности.

Представитель когнитивной психологии **Д. Канеман** создал концепцию *внимания как единого ресурса,* представляющего собой стратегию распределения наличных ресурсов между задачами,позволяющего справиться с ограниченностью емкости психики. Ресурс внимания, который остается неиспользованным для выполнения текущей задачи, Канеман назвал *дополнительной мощностью системы*. Когда ресурса недостаточно, сначала ресурсом насыщается более важное задание, а менее важное выполняется за счет дополнительной мощности. Методика *вторичной зондирующей задачи* позволяла определить приближение момента истощения внимания и служила инструментом измерения доступной субъекту дополнительной мощности.Канеман установил физиологический показатель расхода энергии внимания – *изменение диаметра зрачка*.

Существует группа теорий, представляющих собой *структурный подход*, в которых определяется наличие специального механизма, спасающего психику от перегрузки – это *фильтр*, который блокирует или ослабляет переработку избыточной информации (Д. Бродбент, А. Трейсман, Д. и Э. Дойч). Это теории *ранней и поздней селекции*, причем ранняя селекция представляет собой стратегию экономного расхода ресурсов, а поздняя селекция – энергоемкую стратегию. Д. Бродбент предположил, что фильтр находится после системы первичного сенсорного анализа, предназначенной для перцептивной обработки поступающей информации, и включается при возникновении угрозы перегрузки блока переработки информации (в блоке может быть не более 6 единиц информации). Потом включается фильтр, который впускает новые порции подобной информации. Переключение с канала на канал требует 1/3 сек.

Модель *аттенюатора*, предложенная **А. Трейсман** (1964), предполагает, что фильтр, расположенный у входа в систему, не блокирует нерелевантный поток информации полностью, а лишь ослабляет его; включает в себя также систему *словаря*, соответствующую долговременной памяти, и *словарные единицы*, представляющие собой элементы словаря. После того как поток стимуляции преодолевает аттенюатор, часть сообщений остается в неизменном виде (релевантный канал), а часть ослабляется (нерелевантный канал). Для того чтобы подвергнуться дальнейшей обработке, содержание должно встретиться с соответствующей ему единицей словаря (категорией). Нерелевантная информация подвергается анализу на уровне значения.

Теории поздней селекции **Д. и Э. Дойч и Д. Нормана** (1963) показали, что ограничения в системе переработки информации лежат не на входе, а на выходе из системы – на стадии осознания, принятия решения и ответа. Активизируются только самые «реактивные» единицы словаря, которые усиливаются фильтром выхода и входят в сознание.

**Понятие эмоции и чувства как эмоциональных процессов.** Эмоции и чувства, как и все остальные психические процессы, представляют собой **отражение** реальной действительности, но только в форме **переживания**. В эмоциях и в чувствах отражаются потребности человека, то, **как эти потребности удовлетворяются.**

**Эмоции** – это психическое отражение в форме непосредственного, пристрастного переживания жизненного смысла явлений и ситуаций. Эмоции всегда ситуативны и непосредственны. Эмоции – это субъективная форма выражения потребностей.

Все способствующее или облегчающее удовлетворение потребностей вызывает положительные эмоциональные переживания, и, наоборот, все, что этому препятствует, – отрицательные. «Особенность эмоций состоит в том, что они отражают отношения между мотивами (потребностями) и успехом или возможностью успешной реализации отвечающей им деятельности субъекта», – отмечал в своей книге «Деятельность. Сознание. Личность» А.Н. Леонтьев.

Здесь полезно вспомнить 3 основных вопроса, на которые, по словам С. Л. Рубинштейна, мы стремимся получить ответ, когда хотим узнать, что представляет собой тот или иной человек: что он есть? (личность), что он может? (способности), чего хочет человек? (эмоции, чувства).

На первые два мы отвечаем, когда говорим о направленности и способностях. «В эмоциях и чувствах как раз и отражается соотношение между тем, «что хочет» человек, и тем, «что он может». А в результате во многом возникает то, «что он есть»…

Важное отличие чувств от эмоций заключается в том, что **чувства обладают относительной устойчивостью и постоянством**, а эмоции возникают в ответ на конкретную ситуацию. Глубокая связь чувства с эмоциями проявляется, прежде всего, в том, что чувство переживается и обнаруживается именно в конкретных эмоциях.

**Амбивалентность –** несогласованность, противоречивость переживаемых эмоций к определенному объекту (любовь и ненависть, радость и горе и т.д.).

В структуру чувства входит не только эмоция, непосредственное переживание, но и более обобщенное отношение, связанное со знанием, пониманием, понятием. Одна из основных функций эмоций состоит в том, что они помогают **ориентироваться** в окружающей действительности, оценить предметы и явления с точки зрения их желательности или нежелательности, полезности или вредности.

**Аффект –** это сильная, бурно протекающая и относительно кратковременная эмоциональная реакция, сопровождаемая резко выраженными поведенческими и физиологическими проявлениями, почти не контролируемая сознанием.

**Функции эмоций**

1. Оценочная. 2. Побуждающая. 3. Разрешающая ситуации («аварийное поведение»: бегство, агрессия, оцепенение). 4. Организующая деятельность. Традиционное представление о том, что эмоции мешают деятельности, дезорганизуют ее, не вполне верно. Эмоции могут организовывать деятельность, направлять силы и внимание на определенный предмет. Дезорганизация возникает за счет переключения на «аварийное поведение». 5. Регулирующая функция заключается в способности эмоционального подкрепления, закрепления реакций, что играет важную роль в процессе научения. 6. Эвристическая функция эмоций наиболее хорошо изучена на материале творческого мышления. Специфические эмоциональные состояния «предчувствия решения» и «красоты решения» играют очень важную роль в этом процессе. 7. Синтезирующая функция. Эмоции могут служить тем центром, вокруг которого группируются различные содержания, создавая, таким образом, целостные комплексы представлений. 8. Функция активации, мобилизации организма, выделяемая некоторыми психологами как отдельная, может рассматриваться также и как аспект функции организации. 9. Экспрессивная – в выражении отношения.

Эмоции могут оказывать значительное влияние на познавательные процессы. От эмоционального состояния зависит, на какие именно аспекты ситуации человек будет обращать внимание. Эмоции могут даже полностью перенастроить восприятие («коридор восприятия» в состоянии аффекта). Восприятие собственных эмоций может влиять на интерпретацию ситуации.

**Теории эмоций.** Эмоцию как психологическое явление трудно отделить от процессов, происходящих в организме, и нередко психологические и физиологические характеристики эмоциональных состояний не просто сопровождают друг друга, но служат друг для друга объяснением. Многочисленными физиологическими изменениями в организме сопровождается всякое эмоциональное состояние.

*Эволюционная теория эмоций* **Ч. Дарвина**. В 1872 г. *Ч. Дарвин* опубликовал книгу «Выражение эмоций у человека и животных», которая явилась поворотным пунктом в понимании связи биологических и психологических явлений, в частности, организма и эмоций. Дарвин показал, что во внешнем выражении разных эмоциональных состояний, в экспрессивно-телесных движениях много общего у антропоидов и слепорожденных детей. Эти наблюдения легли в основу *теории эмоций*, которая получила название *эволюционной*. Эмоции появились в процессе эволюции живых существ как жизненно важные приспособительные механизмы, способствующие адаптации организма к условиям и ситуациям его жизни.

*Теория эмоций* **Джеймса– Ланге**. Идеи Ч. Дарвина были восприняты и развиты такими учёными, как *У. Джеймс и К. Ланге*. Джеймс считал, что определенные физические состояния характерны для разных эмоций: любопытства, восторга, страха, гнева и волнения. Соответствующие телесные изменения были названы *органическими проявлениями эмоций*. Именно органические изменения, по *теории Джеймса–Ланге,* являются первопричинами эмоций. Отражаясь в голове человека через систему обратных связей, они порождают эмоциональное переживание соответствующей модальности. Сначала под действием внешних стимулов происходят характерные для эмоций изменения в организме и только затем, как их следствие, возникает сама эмоция.

*Теория эмоций* **Кеннона–Барда**. Альтернативную точку зрения на соотношение органических и эмоциональных процессов предложил *У. Кеннон*. Он одним из первых отметил тот факт, что телесные изменения, наблюдаемые при возникновении разных эмоциональных состояний, весьма похожи друг на друга и по разнообразию недостаточны для того, чтобы вполне удовлетворительно объяснить качественные различия в высших эмоциональных переживаниях человека. Самым сильным контраргументом Кеннона к теории Джеймса–Ланге оказался следующий: искусственно вызываемое прекращение поступления органических сигналов в головной мозг не предотвращает возникновение эмоций. Положения Кеннона были развиты П. Бардом, который показал, что на самом деле и телесные изменения, и эмоциональные переживания, связанные с ними, возникают почти одновременно. В более поздних исследованиях обнаружилось, что из всех структур головного мозга собственно с эмоциями более всего функционально связан даже не сам таламус, а гипоталамус и центральные части лимбической системы. В экспериментах, проведенных на животных, было установлено, что электрическими воздействиями на эти структуры можно управлять эмоциональными состояниями, такими, как гнев, страх (Х. Дельгадо).

*Психоорганическая* теория эмоций (так условно можно назвать концепции Джеймса–Ланге и Кеннона–Барда) получила дальнейшее развитие под влиянием электрофизиологических исследований мозга. На ее базе возникла *активационная теория* **Линдсея–Хебба**. Согласно этой теории, эмоциональные состояния определяются влиянием ретикулярной формации нижней части ствола головного мозга. Эмоции возникают вследствие нарушения и восстановления равновесия в соответствующих структурах центральной нервной системы. Активационная теория базируется на следующих основных положениях: 1. Электроэнцефалографическая картина работы мозга, возникающая при эмоциях, является выражением так называемого «комплекса активации», связанного с деятельностью ретикулярной формации. 2. Работа ретикулярной формации определяет многие динамические параметры эмоциональных состояний: их силу, продолжительность, изменчивость и ряд других.

**Д. О. Хеббу** удалось экспериментальным путем получить кривую, выражающую зависимость между уровнем эмоционального возбуждения человека и успешностью его практической деятельности. Она показывает, что между эмоциональным возбуждением и эффективностью деятельности человека существует криволинейная, «колоколообразная» зависимость. Для достижения наивысшего результата в деятельности нежелательны как слишком слабые, так и очень сильные эмоциональные возбуждения. Для каждого человека имеется оптимум эмоциональной возбудимости, обеспечивающий максимум эффективности в работе.

У человека в динамике эмоциональных процессов и состояний не меньшую роль, чем органические и физические воздействия, играют *когнитивно-психологические факторы*. В связи с этим были предложены новые концепции, объясняющие эмоции у человека динамическими особенностями когнитивных процессов.

Одной из первых подобных теорий явилась *теория когнитивного диссонанса* **Л. Фестингера**. Согласно ей, положительное эмоциональное переживание возникает у человека тогда, когда его ожидания подтверждаются, а когнитивные представления воплощаются в жизнь, то есть когда реальные результаты деятельности соответствуют намеченным, согласуются с ними, или, что то же самое, находятся в консонансе. Отрицательные эмоции возникают и усиливаются в тех случаях, когда между ожидаемыми и действительными результатами деятельности имеется расхождение, несоответствие или диссонанс.

*Когнитивно-физиологическая концепция* **С. Шехтера***.* Он показал, что немалый вклад в эмоциональные процессы вносят память и мотивация человека.Согласно *когнитивно-физиологической* теории, на возникшее эмоциональное состояние, помимо воспринимаемых стимулов и порождаемых ими телесных изменений, оказывают воздействие прошлый опыт человека и оценка им наличной ситуации с точки зрения актуальных для него интересов, потребностей и словесных инструкций.

По мнению советского психофизиолога **П. В. Симонова**, эмоция возникает тогда, когда появляется рассогласование между тем, что необходимо знать для того, чтобы удовлетворить потребность (необходимая информация), и тем, что на самом деле известно.

Формула эмоций: Э = П (Н – С), где Э – эмоция, П – потребность (в формуле она берется с отрицательным знаком «–»), Н – информация, необходимая для удовлетворения потребности, С – информация, которую можно использовать, то, что известно.

Из этой формулы вытекают четыре следствия:

1. если П = 0, т. е. если нет потребности, то Э = 0;
2. Э = 0, т.е. эмоция не возникает и тогда, когда Н = С. Это тот случай, когда человек, испытывающий потребность, обладает полной возможностью для ее реализации;
3. Э максимальна, если С = 0. Это означает, что наибольшей силы эмоция достигает тогда, когда потребность существует, но совершенно нет информации о том, как ее удовлетворить. Здесь эмоция как бы компенсирует информационный дефицит. Недаром говорят, что пугает не само событие, а неизвестность;
4. наконец, согласно формуле, в случае, когда С > Н, должна возникнуть положительная эмоция.

**Эмоции человека** выражаются одновременно в 1) специфических субъективных переживаниях, 2) поведении и 3) физиологических изменениях в организме. Проблема описания эмоций заключается в том, что ни один из трех критериев (субъективный, поведенческий, физиологический) не является абсолютно надежным. Человек далеко не всегда способен дать ясный отчет о переживаемых им эмоциях, четко отдифференцировать и назвать свои эмоциональные процессы.

**Классификация эмоций и чувств.** Одной из наиболее универсальных схем, позволяющих как классифицировать эмоции, так и описывать их динамику, является учение **В. Вундта** о трех компонентах эмоций. Вундт предполагал, что любая эмоция может быть разложена на три взаимно независимых компонента, которые он предлагал представлять в виде координатных осей эмоционального пространства:

1. возбуждение – успокоение, 2) удовольствие – неудовольствие, 3) напряжение – разрядка.

Многообразные проявления эмоциональной жизни человека делятся *по интенсивности и продолжительности* на следующие эмоциональные процессы: эмоциональный тон ощущений, аффекты, собственно эмоции, чувства – и эмоциональные состояния: стресс, фрустрацию, настроение и т.д..

Через эмоции как систему сигналов человек узнает о потребностной значимости происходящего. По качеству эмоции могут быть положительными и отрицательными, или **стеническими** (повышающими активность личности) и **астеническими** (снижающими ее активность).

Классификации эмоций по качеству более противоречивы. В работах разных авторов выделяется от 6 до 20 «основных фундаментальных эмоций».

**К. Изард** (1971), один из наиболее авторитетных исследователей эмоций, предложил перечень из десяти фундаментальных эмоций: 1) удовольствие – радость; 2) удивление; 3) интерес – возбуждение; 4) гнев – ярость; 5) презрение – пренебрежение; 6) горе – страдание; 7) отвращение – омерзение; 8) страх – ужас; 9) стыд – застенчивость; 10) вина – раскаяние.

Установки на определенные комплексы «предпочитаемых переживаний» служат важной составляющей *направленности личности*.

Советский психолог **Б.И. Додонов** выделил 10 таких комплексов.

1. Альтруистические – связаны с потребностью в содействии, помощи, покровительстве другим людям.

2. Коммуникабельные – возникают на основе потребности в общении.

3. Глорические (лат. gloria – слава) – связаны с потребностью в славе, в самоутверждении.

4. Праксические – переживания, вызываемые деятельностью, ее успешностью или, наоборот; трудом.

5. Пугнические (лат. *рugnа* – борьба) – переживания от потребности в преодолении опасности, интерес к суровым испытаниям и борьбе.

6. Романтические – связаны со стремлением ко всему необычайному, таинственному, с ожиданием необыкновенных событий.

7. Гностические (греч. gnosis – знание) или интеллектуальные – связаны не просто с потребностью в получении новой информации, но и со стремлением упорядочить ее.

8. Гедонистические – связаны с удовлетворением потребности в телесном и душевном комфорте.

9. Эстетические – отражающие потребность человека в гармонии мира и в гармонии личности с ее окружением.

10. Акизитивные (франц. – потребление) – связаны с интересом к накоплению и коллекционированию вещей, выходящему за пределы практической нужды в них.

Соответственно десяти комплексам «наиболее желанных чувств» Додонов Б. И. выделил 10 типов личности. Общая эмоциональная направленность – ведущая характеристика личности.

Выделяют также *эмоциональные состояния*. Это более длительные психические явления, проявляющиеся в конкретных эмоциях.

**Настроения** – это эмоциональные состояния, относительно слабо выраженные, диффузные переживания, не относящиеся к конкретному предмету, могут удерживаться в течение достаточно длительного времени, определяют общий эмоциональный тон.

**Апатия –** этоэмоциональное состояние безразличия,упрощения чувств, равнодушия к событиям окружающей жизни, ослабления побуждений, вызванное утомлением, тяжелым переживанием или болезнью.

**Депрессия –** подавленное эмоциональное состояние, характеризующееся отрицательным фоном, снижением побуждений, заторможенностью интеллектуальной деятельности и двигательных реакций.

**Эмпатия –** сопереживание, постижение эмоционального состояния другого человека, проникновение, вчувствование в его эмоциональный мир.

**Фрустрация –** специфическое эмоциональное состояние человека, возникающее в случае появления непреодолимых препятствий на пути к достижению желаемой цели.

**Стресс и фрустрация.** Основатель теории стресса – Ганс Селье (книга «Стресс без дистресса», 1979). В переводе с английского стресс – это давление, нажим, напряжение, а дистресс – это горе, несчастье, недомогание, нужда. По словам Г. Селье, **стресс есть неспецифический** (т. е. один и тот же на различные воздействия) **ответ организма на любое предъявленное ему требование**, который помогает ему приспособиться к возникшей трудности, справиться с ней.

Всякая неожиданность, которая нарушает привычное течение жизни, может быть причиной стресса. При этом, отмечает Г. Селье, не имеет значения, приятна или неприятна ситуация, с которой мы столкнулись.

Имеет значение лишь **интенсивность потребности в перестройке** или в адаптации (например, матери сообщают о гибели единственного сына, а затем в комнату входит живой сын).

Специфические результаты двух событий – горе и радость – совершенно различны, даже противоположны, но их стрессовое действие – **неспецифическое требование приспособления к новой ситуации** – может быть **одинаковым** – выброс гормонов из надпочечников в кровь.

Ганс Селье выделяет 2 вида стресса:

1. дистресс – негативный, разрушающий жизнь, несет болезни, депрессии, горе, несчастье,
2. эйфорический стресс – положительный, жизненно необходимый, несет удовлетворение, здоровье, счастье.

Стресс может возникнуть не только тогда, когда опасность угрожает тебе лично, но и тогда, когда ты видишь, что плохо другому. Возникновение и переживание стресса зависит не столько от объективных, сколько от субъективных факторов, от особенностей самого человека: оценки им ситуации, сопоставления своих сил и способностей с тем, что от него требуется, и т.д..

**Фазы стресса**

1. *Реакция тревоги.* Будучи подвергнут воздействию стрессогенных факторов, организм изменяет характеристики своего функционирования для осуществления адаптации. На этой стадии сопротивляемость понижена, реакции на раздражители могут быть чрезмерными.
2. *Фаза сопротивления, или стабилизации.* Если действие стрессора совместимо с возможностями организма, наступает адаптация. Реакция тревоги исчезает, сопротивляемость повышается. Наступает сбалансированное расходование адаптационных резервов организма. Все параметры, выведенные из равновесия на первой фазе, закрепляются на новом уровне. Однако если стресс продолжается долго, то, в связи с ограниченностью резервов организма, неизбежно наступает третья стадия.
3. *Фаза истощения.* При длительном действии стрессора запасы адаптационной энергии истощаются, вновь появляются признаки реакции тревоги, сопротивляемость падает, на этот раз необратимо. Эта фаза нуждается в коррекции и лечении. Могут возникнуть ухудшение самочувствия и даже заболевания – соматические или невротические.

**3.** **Понятие потребности и мотива.**

**Потребность** – это нужда в чём-либо, какое-либо беспокойство организма, переживаемое субъективно определённым чувством. Потребность порождает побуждение – ощущение недостатка в чём-либо, имеющее определённую направленность и цель. Источником активности человека являются потребности.

**Мотив** – опредмеченная потребность; а также 1) побуждение к деятельности, связанное с удовлетворением потребностей субъекта; совокупность внешних или внутренних условий, вызывающих активность субъекта и определяющих ее направленность; 2) побуждающий и определяющий выбор направленности деятельности предмет (материальный или идеальный), ради которого она осуществляется; 3) осознаваемая причина, лежащая в основе выбора действий и поступков личности; 4) то, что принадлежит самому субъекту поведения, является его устойчивым личностным свойством, изнутри побуждающим к совершению определенных действий.

**Мотивация** – совокупность осознанных и неосознанных мотивов, вызывающая активность организма и определяющая доминирующую направленность личности; совокупность психологических факторов, которые побуждают, направляют, структурируют, образуют смысл, поддерживают и прекращают специфические виды деятельности.

Проблема мотивации возникает в связи с двумя типами событий:

1. когда мы обращаем внимание на то, что в аналогичной ситуации два человека ведут себя по-разному;
2. когда один и тот же человек в различных ситуациях обнаруживает схожее поведение.

Э.Ч. Толмен говорил, что «поведение пахнет целью», предполагая существование некоторых психологических побуждений, которые делают поведение в данной конкретной ситуации целенаправленным.

При анализе вопроса о том, почему организм вообще приходит в состояние активности, анализируются проявления *потребностей и инстинктов* как источников активности. Если изучается вопрос, на что направлена активность организма, ради чего произведен выбор именно этих актов поведения, а не других, исследуются прежде всего проявления *мотивов* как причин, определяющих выбор направленности поведения. При решении вопроса о том, как, каким образом осуществляется регуляция динамики поведения, исследуются проявления *эмоций, субъективных переживаний* (стремлений, желаний и т. п.) и *установок* в поведении субъекта.

Все потребности можно разделить на *органические и надорганические*.

*Органические потребности* (за исключением сексуальных) являются витальными – невозможность удовлетворения потребностей этого ряда ведет к гибели организма; эти потребности удовлетворяются по принципу гомеостаза. Предметом органических потребностей являются физические компоненты внешнего мира. Органические потребности – это температурная регуляция, потребность в сне, пище, воде, сексуальная. После достижения половой зрелости место потребностей роста вместо пищевой занимает сексуальная потребность. Для отдельного человека сексуальная потребность не витальна, но она необходима для выживания вида. Органические потребности, ориентированные на материальные компоненты внешнего мира, являются общими для человека и других представителей живой природы.

Предметом *надорганических потребностей* являются социальные и культурные аспекты мира. Результатом удовлетворения надорганических потребностей являются социальные и личностные изменения, которые могут быть ясно осознаваемы. В других случаях надорганическая мотивация может «маскироваться» под органическую, например: за ощущением голода может скрываться потребность в общении, а за желанием уснуть – неудовлетворенная потребность в достижениях. Этим потребностям присущ исключительно активный способ удовлетворения. Надорганические потребности, в отличие от органических, служат не только выживанию и адаптации их носителя, но и сохранению человеческого сообщества в целом. Если субъектом органических потребностей является индивид, то субъектом надорганических потребностей является личность как культурное явление. К надорганическим потребностям относятся следующие: потребность в общении, потребность в любви, альтруистическая потребность, познавательная потребность, эстетическая потребность, потребность в труде, потребность в достижении, потребность в смысле жизни.

**Проблема мотивации деятельности человека.**

В современной психологической литературе существует несколько концепций мотивации деятельности (общения, поведения). Одна из них – теория каузальной атрибуции. **Каузальная атрибуция** (от лат. cause – причина, atribucio– приписываю) – один из важнейших вопросов мотивации деятельности человека – причинное объяснение его поступков. Каузальная атрибуция – интерпретация субъектом межличностного восприятия причин и мотивов поведения других людей, мотивированный процесс когнитивного плана, направленный на осмысление полученной информации о поведении человека, выяснение причин тех или иных его поступков, а главное – на развитие у человека способности предсказывать их. Каузальная атрибуция непосредственно связана с регуляцией человеческих отношений и включает объяснение, оправдание или осуждение поступков людей.

Начало изучению каузальной атрибуции было положено работой Ф. Хайдера «Психология межличностных отношений» (1958 г.). Изучалось, как на самом деле приписываются причины обычным человеком. Чтобы определить, какую причину следует приписать, необходимо знать возможные типы причин: 1) причины личностные (причина приписывается действию субъекта), 2) причины, коренящиеся в «среде» (причины приписываются обстоятельствам).

В концепциях **Э. Джонса и К. Дэвиса** предлагается учитывать: 1) субъекта поступка, обладающего личностными чертами, то есть диспозициями; 2) намерения, то есть интенции; 3) знания субъекта; 4) способности субъекта. В любой ситуации как минимум есть два субъекта – действующий и наблюдающий за ним. Наблюдающий видит событие по-другому: он наблюдает прежде всего следствия каких-то действий другого человека и само действие. Обо всем остальном он может только умозаключать, предполагать. Джонс и Дэвис назвали эту мыслительную операцию «корреспондентным выведением», то есть выводом на основе ряда наблюдаемых фактов. Наблюдатель, таким образом, «движется» в своих заключениях справа налево, осуществляя процесс приписывания. В процессе вывода есть 2 стадии: 1) атрибуция интенций, 2) атрибуция диспозиций. В рассуждении могут быть ошибки, они зависят от **двух показателей**: 1) уникально или типично действие; 2) социально желательно оно или нет. При типичном поступке атрибуция осуществляется автоматически, а вот при необычном – простор «творчеству». Не соответствующие принятым нормам поступки допускают больше возможностей для толкования. Поведение, демонстрирующее явные ролевые образцы, не нуждается в особом объяснении, отходящее – нуждается в специальном объяснении, поэтому оценивающий больше обращается к интенциям и диспозициям личности. Эта закономерность получила название *«фундаментальной ошибки каузальной атрибуции»* (**И. Джоунс**, 1979).

**Фундаментальная ошибка** – это «склонность людей игнорировать ситуационные причины действий и их результатов в пользу диспозиционных» (Э. Джонс, Р. Нисбет). Ошибка заключается в переоценке личностных и недооценке обстоятельственных причин.

Условия возникновения фундаментальной ошибки: 1) «Ложное согласие» (переоценка типичности своего поведения, убеждений – если у другого человека другая точка зрения, то дело в его личности); 2) «Неравные возможности» (переоценка личностных причин поведения, неучет ролевой позиции); 3) «Большее доверие к фактам, чем к суждениям» (личность всегда дана, это факт, а обстоятельства еще надо «вывести»); 4) «Легкость построения ложных корреляций» (когда соединяются внешняя черта и психологическое свойство); 5) «Игнорирование информационной ценности неслучившегося».

**Мотивационная ошибка** была выявлена тогда, когда испытуемые стремились сохранить свою самооценку в ходе приписывания причин поведения другому человеку. Величина самооценки зависела в большей степени от того, приписываются ли себе или другому успехи и неудачи. Разработка теории принадлежит **В. Вайнеру**. Всевозможные причины успехов и неудач оцениваются по двум параметрам: 1) локализации (в чем человек усматривает причины своих успехов и неудач – в самом себе или в независимо от него сложившихся обстоятельствах); 2) стабильности (постоянное и устойчивое действие соответствующей причины или нет).

Различные сочетания этих двух параметров определяют следующую классификацию возможных причин успехов и неудач: 1. Сложность выполняемого задания (внешний, устойчивый фактор успеха). 2. Старание (внутренний, изменчивый фактор успеха). 3. Случайное стечение обстоятельств (внешний, неустойчивый фактор успеха). 4. Способности (внутренний, устойчивый фактор успеха).

Экспериментальные исследования каузальной атрибуции показали следующее: а) человек объясняет свое поведение не так, как он объясняет поведение других людей; б) процессы каузальной атрибуции не подчиняются логическим нормам; в) человек склонен объяснять неудачные результаты своей деятельности внешними изменчивыми, а удачные – внутренними устойчивыми факторами; неуспех деятельности других людей объясняется внутренними устойчивыми, а успех – внешними изменчивыми факторами.

**Теория мотивации достижения успеха.**

Мотивация к достижению успеха – это стремление к успеху, высоким результатам в деятельности. **Г. Мюррей** первым выделил подобный вид мотивации (Murray H.A. Explorations in personality New York; Oxford Press, 1938).

В дальнейшем разработка проблем мотивации достижения продолжалась многими другими психологами. Так, американский ученый **Д. Макклелланд** считал, что потребность в достижении «является бессознательным побуждением к более совершенному действию, к достижению стандарта совершенства» (Макклелланд Д. Мотивация человека. СПб., 2007).

Другие представления о мотивации достижения развиваются немецким психологом Х. Хекхаузеном (Хекхаузен Х. Психология мотивации достижения. СПб., 2001). По его мнению, сама идея достижения чего-либо предполагает две возможности: достигнуть успеха или потерпеть неудачу.

У человека есть два разнонаправленных мотива, функционально связанных с деятельностью, направленной на достижение успеха. Это – мотив достижения успеха и мотив избегания неудачи.

**Мотив достижения успеха** – стремление человека добиваться успехов в различных видах деятельности и общения. **Мотив избегания неудачи** – относительно устойчивое стремление человека избегать неудач в жизненных ситуациях, связанных с оценкой другими людьми результатов его деятельности и общения.

Для субъектов с доминированием мотива достижения успеха характерным является возвращение к прерванным ранее делам и доведение их до конца. Субъекты, сконцентрированные на достижении успеха, способны более правильно оценивать свои возможности, успехи, неудачи. Обычно они выбирают для себя задачи средней трудности, и специальности, которые соответствуют их знаниям, навыкам и умениям. Субъекты с доминированием мотива избегания неудачи выбирают задачи либо чрезмерно трудные, либо слишком легкие. За неудачей у них более не следует попыток достижения цели. При этом они зачастую не обращают внимания на объективную информацию о своих способностях, также имеют заниженную или завышенную самооценку и нереалистичный уровень притязаний.

**Закон оптимума мотивации Йеркса – Додсона.** Закон оптимума мотивации связывает *силу мотива достижения результата, сложность поставленной задачи и эффективность выполнения деятельности*. Для достижения оптимальной скорости обучения с увеличением трудности задачи интенсивность поощрения или наказания должна уменьшиться. Если деятельность является относительно простой, то лучше всего она будет выполняться при высоком уровне мотивации, а если деятельность является сложной – при умеренном уровне. При наличии гипермотивации сложная деятельность распадается, ее качество снижается.

**Проблема мотивации личности.** Мотивационные явления, неоднократно повторяясь, со временем становятся чертами личности человека. К таким чертам прежде всего можно отнести уже рассмотренный выше *мотив достижения успеха и мотив избегания неудачи*, а также определенный *локус контроля, самооценку, уровень притязаний*.

**Локус контроля** – характеристика локализации причин, исходя из которых человек объясняет свое поведение и ответственность и наблюдаемое им поведение и ответственность других людей. **Интернальный (внутренний) локус контроля** – поиск причин поведения и ответственности в самом человеке, в себе; **экстернальный (внешний) локус контроля** – локализация таких причин и ответственности вне человека, в окружающей его среде, судьбе.

**Самооценка** – оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств, достоинств и недостатков, своего места среди других людей. Самооценка включает в себя оценки разного рода. *Оценка первого рода* – это оценка своего внешнего облика и своих возможностей, продуктов своего труда, результатов своей деятельности. Это процессуальная оценка, в которой объект и субъект совмещены. Существует врождённая потребность в положительной оценке себя, всех своих сторон, и в самоуважении. *Оценка второго рода* – это оценка в себе интегрального образования selfevolution. Но интегральная самооценка не равна «Я-концепции», а познание себя – не равно самооценке. «Я-концепция» включает в себя интегрированные, устойчивые оценки, которые состоят из оценок-результатов (а не из процесса оценивания). *Оценка третьего рода* – это самооценка как свойство личности, обнаруживает себя не в оценочных процессах, а в выборе трудности задач – в уровне притязаний.

**Уровень притязаний личности** (англ**.** personal level of aspiration) – стремление к достижению целей той степени сложности, на которую человек считает себя способным (введено **К. Левиным)**. Уровень притязаний может носить частный и общий характер. Частный характер уровня притязаний относится к достижениям в отдельных видах и областях деятельности или человеческих отношений. В его основе лежит самооценка в соответствующей области. Общий характер уровня притязаний относится ко многим областям жизни и деятельности человека, и прежде всего к тем, в которых проявляются его умственные и нравственные качества. В основе такого уровня притязаний лежит целостная оценка себя как личности.

В качестве побудителей человеческого поведения, представляющих собой *мотивационную сферу личности*, выступают *влечения, установки, желания, интересы, склонности, идеалы и мировоззрение*.

**Понятие направленности личности. Направленность личности –** системообразующеесвойство личности, характеризующее совокупность устойчивых мотивов, ориентирующих деятельность личности и относительно независимых от наличных ситуаций. Это интегративное свойство, мобилизующее и регулирующее активность человека в конкретных ситуациях. Направленность личности характеризуется ее интересами, убеждениями, идеалами, в которых выражается мировоззрение человека. Содержательной стороной направленности личности являются ценностные ориентации. Формирование направленности личности связано с развитием самосознания и с переходом от внешних критериев оценки себя и своих действий к внутренним на основании собственных убеждений, ценностей и смыслов. Сущность направленности – это не только «чего» хочет человек, но «почему» он этого хочет, то есть мотивы его поведения.

**Ценностные ориентации –** 1) идеологические, политические, моральные, эстетические и другие основания оценок субъектом окружающей действительности и ориентации в ней; 2) способ дифференциации объектов индивидом по их значимости. Ценностные ориентации формируются при усвоении социального опыта и обнаруживаются в целях, идеалах, убеждениях, интересах и других проявлениях личности. Совпадение важнейших ценностных ориентаций членов группы обеспечивает её сплоченность (ценностно-ориентационное единство).

1. **Понятие воли.** Многие ученые в первые десятилетия XX столетия стремились вообще отказаться от этого понятия как якобы ненаучного. Так, в американской поведенческой психологии вместо понятия воли стали употреблять понятие «устойчивость поведения» – настойчивость человека в осуществлении начатых поведенческих актов, в преодолении возникающих на их пути преград.

У. Джемс в США и С. Л. Рубинштейн в России полагали, что воля – вполне реальное явление, обладающее своими специфическими, легко обнаруживаемыми и описываемыми научным языком признаками.

Еще Аристотель ввел понятие *воли* в систему категорий науки о душе для того, чтобы объяснить, каким образом поведение человека реализуется в соответствии со знанием, которое само по себе лишено побудительной силы. Воля у Аристотеля выступала как фактор, наряду со стремлением, способный изменять ход поведения, инициировать его, останавливать, менять направление и темп.

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

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

Один из существенных признаков волевого акта заключается в том, что он всегда связан с *приложением усилий, принятием решений и их реализацией.* Воля предполагает борьбу мотивов. По этому существенному признаку волевое действие всегда можно отделить от остальных. Волевое решение обычно принимается в условиях конкурирующих, разнонаправленных влечений.

Воля предполагает самоограничение, сдерживание некоторых достаточно сильных влечений, сознательное подчинение их другим, более значимым и важным целям, умение подавлять непосредственно возникающие в данной ситуации желания и импульсы. На высших уровнях своего проявления воля предполагает опору на духовные цели и нравственные ценности, на убеждения и идеалы.

Еще один признак волевого характера, действия или деятельности, регулируемой волей, – это *наличие продуманного плана их осуществления.*

«Волевое действие – это... сознательное, целенаправленное действие, посредством которого человек осуществляет стоящую перед ним цель, подчиняя свои импульсы сознательному контролю и изменяя окружающую действительность в соответствии со своим замыслом» (С. Л. Рубинштейн).

Существенными признаками волевого действия являются *усиленное внимание к такому действию и отсутствие непосредственного удовольствия, получаемого в процессе и в результате его выполнения.* «Обширный мир, окружающий нас со всех сторон, задает нам всевозможные вопросы и испытывает нас всеми возможными способами» (У. Джемс).

Нередко усилия воли направляются человеком не столько на то, чтобы победить и овладеть обстоятельствами, сколько на то, чтобы *преодолеть самого себя.*

Ни одна более или менее сложная жизненная проблема человека не решается без участия воли. Человек в первую очередь тем и отличается от всех остальных живых существ, что у него, кроме сознания и интеллекта, есть еще и воля.

Волевые действия бывают простые и сложные. К простым волевым действиям относятся те, при которых человек без колебания идет к намеченной цели, ему ясно, чего и каким путем он будет добиваться, то есть побуждение к действию переходит в само действие почти автоматически.

Для сложного волевого действия характерны следующие этапы: 1) осознание цели и стремление достичь ее; 2) осознание ряда возможностей достижения цели; 3) появление мотивов, утверждающих или отрицающих эти возможности; 4) борьба мотивов и выбор; 5) принятие одной из возможностей в качестве решения; 6) осуществление принятого решения; 7) преодоление внешних препятствий, объективных трудностей самого дела, всевозможных помех до тех пор, пока принятое решение и поставленная цель не будут достигнуты, реализованы.

Преодоление препятствий требует волевого усилия – особого состояния нервно-психического напряжения, мобилизующего физические, интеллектуальные и моральные силы человека. Воля проявляется как уверенность человека в своих силах, как решимость совершить тот поступок, который сам человек считает целесообразным и необходимым в конкретной ситуации.

Необходимость сильной воли возрастает при наличии трудных ситуаций «трудного мира» и сложного, противоречивого внутреннего мира в самом человеке.

Выполняя различные виды деятельности, преодолевая при этом внешние и внутренние препятствия, человек вырабатывает в себе волевые качества: целеустремленность, решительность, самостоятельность, инициативность, настойчивость, выдержку, дисциплинированность, мужество. Но воля и волевые качества могут у человека не сформироваться, если условия жизни и воспитания в детстве были неблагоприятные: 1) ребенок избалован, все его желания беспрекословно осуществлялись (легкий мир – воля не требуется), 2) ребенок подавлен жесткой волей и указаниями взрослых, не способен принимать сам решения. Волевые действия, как и вся психическая деятельность, связаны с функционированием мозга. Важную роль при осуществлении волевых действий выполняют лобные доли мозга, в которых происходит сличение достигнутого в каждый раз результата с предварительно составленной программой цели. Поражение лобных долей приводит к абулии – болезненному безволию.

**Теории воли.** Динамика воли в зависимости от трудности внешнего мира и сложности внутреннего мира человека, согласно теории Ф. Е. Василюка, может быть четырех видов: 1. Воля не требуется (желания человека просты, однозначны, любое желание осуществимо в легком мире). 2. Требуются волевые усилия по преодолению препятствий реальной действительности, нужно терпение, но сам человек внутренне спокоен, уверен в своей правоте в силу однозначности своих целей. 3. Требуются волевые усилия по преодолению внутренних противоречий, сомнений, человек внутренне сложен, идет борьба мотивов и целей, человек мучается при принятии решения. 4. Требуются интенсивные волевые усилия для преодоления внутренних сомнений для выбора решения и осуществления действий в условиях объективных помех и трудностей. Волевое действие выступает как сознательно принятое к осуществлению по собственному решению осознанное намеренное целенаправленное действие на основе внешней и внутренней необходимости.

В. А. Иванников – один из отечественных ученых, уделяющих этой проблеме значительное внимание, соотносит судьбу психологических исследований воли с борьбой двух трудносогласуемых друг с другом концепций человеческого поведения: *реактивной* и *активной.* Согласно первой, все поведение человека представляет собой в основном реакции на различные
внутренние и внешние стимулы, и задача его научного изучения сводится к тому, чтобы отыскать эти стимулы, определить их связь с реакциями. Для такой интерпретации человеческого поведения понятие воли не нужно.

Определенную отрицательную роль в отказе от психологических исследований воли и свертывании их, в утверждении реактивной концепции поведения как единственно приемлемой научной доктрины сыграли исследования рефлекторного поведения: безусловных рефлексов и условного (неоперантного) обусловливания. Рефлекс в его традиционном понимании всегда рассматривался как реакция на какой-либо стимул. Отсюда и понимание поведения как реакции. Под влиянием рефлекторной концепции поведения в первые десятилетия XX века психология в некоторых учениях была заменена на реактологию (К. Н. Корнилов) и рефлексологию (В. М. Бехтерев).

Согласно другой концепции, которая в последние несколько десятилетий набрала силу и находит все больше сторонников, поведение человека понимается как изначально активное, а сам он рассматривается как наделенный способностью к сознательному выбору его форм. Для такого понимания поведения воля и волевая регуляция поведения необходимы.

Реактивные концепции поведения, особенно в самой традиционной павловской физиологии высшей нервной деятельности, по-прежнему сильны, и исход научной борьбы между ними и теорией активного волевого поведения будет существенно зависеть от того, насколько психологам удастся соответствующими экспериментальными данными доказать реальность иных, чем стимулы, источников поведенческой активности.

В. И. Селиванов определяет волю как сознательное регулирование человеком своего поведения, выраженное в умении видеть и преодолевать внутренние и внешние препятствия на пути целенаправленных поступков и действий. В те моменты деятельности, когда субъект сталкивается с необходимостью «преодолеть» себя (эмпирический уровень выделения препятствия, связанного с субъектом деятельности), его сознание на время как бы отрывается от объекта, предмета деятельности или партнера и переключается в плоскость субъектных отношений. При этом осуществляется сознательная рефлексия на разных уровнях:

1 уровень – осознание субъектом своих способов действия, своего состояния, режима и направления активности; понимание степени соответствия функциональной организации психики необходимой форме деятельности;

2 уровень – активное изменение функционирования психики, выбор необходимого способа его преобразования.

**Волевая регуляция поведения**

Функцией волевой регуляции является повышение эффективности соответствующей деятельности, а волевое действие предстает как сознательное, целенаправленное действие человека по преодолению внешних и внутренних препятствий с помощью волевых усилий.

На личностном уровне воля проявляется в таких свойствах, как сила воли, энергичность, настойчивость, выдержка и др. Их можно рассматривать как первичные, или базовые, волевые качества личности. Они определяют поведение.

Волевого человека отличают решительность, смелость, самообладание, уверенность в себе. Такие качества развиваются обычно в онтогенезе несколько позже, чем названная выше группа свойств. В жизни они проявляются в единстве с характером. Эти качества вторичные.

Наконец, есть еще третья группа качеств, которые, отражая волю человека, связаны вместе с его морально-ценностными ориентациями. Это – ответственность, дисциплинированность, принципиальность, обязательность. К этой же группе, обозначаемой как третичные качества, можно отнести те, в которых одновременно выступают воля человека и его отношение к труду: деловитость, инициативность.

В. А. Иванников считал, что главной психологической функцией воли является усиление мотивации и совершенствование на этой основе сознательной регуляции действий.

Необходимость в волевом действии возникает тогда, когда на пути осуществления мотивированной деятельности появилось препятствие. Включение воли в состав деятельности начинается с постановки человеком перед собой вопроса: «Что случилось?» Первичный акт включения воли в действие фактически заключается в произвольном вовлечении сознания в процесс осуществления деятельности.

Волевая регуляция необходима для того, чтобы в течение длительного времени удерживать в поле сознания объект, над которым размышляет человек, поддерживать сконцентрированное на нем внимание. Воля участвует в регуляции практически всех основных психических функций.

Развитие волевой регуляции поведения у человека осуществляется в нескольких направлениях. С одной стороны – это *преобразование непроизвольных психических процессов в произвольные, с другой* – *обретение человеком контроля над своим поведением, с третьей* – *выработка волевых качеств личности.* Все эти процессы онтогенетически начинаются с того момента жизни, когда ребенок овладевает речью.

Внутри познавательных процессов воля вначале выступает в форме внешнеречевой регуляции и только затем – в плане внутриречевого процесса. В поведенческом аспекте волевое управление вначале касается произвольных движений отдельных частей тела, а впоследствии – планирования и управления сложными комплексами движений.

Еще одно направление в развитии воли проявляется в том, что человек **сознательно ставит перед собой все более трудные задачи и преследует все более отдаленные цели, требующие приложения значительных волевых усилий в течение достаточно длительного времени.**

Развитие воли у детей тесным образом соотносится с обогащением их мотивационной и нравственной сферы.

**Лекция 4. Основы общей психологии: психология личности и деятельности, психология беженцев, мигрантов, маргиналов, типология проблем граждан разной этиологии (социальные, социально-медицинские, социально-правовые, педагогические и др.), типология социальных групп, нуждающихся в оказании помощи (социальной, социально-психологической, социально-правовой и т. д.).**

**План:**

**1. Понятие темперамента.**

**2. Характер как свойство личности.**

**3. Способности и задатки.**

**4. Общая характеристика личности.**

**5. Психологическая характеристика деятельности человека.**

*Основные понятия:* *темперамент, подвижность, инертность, уравновешенность, динамичность, лабильность, сензитивность, эмоциональная возбудимость, психодинамическая тревожность, темп реакции, активность, реактивность, импульсивность, резистентность, психодинамическая общительность, интроверсия, экстраверсия, ригидность, пластичность, порог чувствительности, сангвиник, холерик, флегматик, меланхолик; характер, потребность, мотив, борьба мотивов, акцентуация характера, невроз, психопатия, типы акцентуаций характера: гипертимный, застревающий, эмотивный, педантичный, тревожный, циклотимный, демонстративный, возбудимый, дистимный, экзальтированный, шизоидный, истероидный, эпилептоидный, неустойчивый, психастенический; способности, задатки, общие способности, специальные способности, олигофренопсихология, одаренность, дарование, гениальность, талант; индивид, индивидуальность, личность, деперсонализация, персонализация, самореализация, самосознание, образ-Я, Я-концепция, психологическая защита, идентификация.*

**1.** **Понятие темперамента. Темперамент** – это биологическая основа личности, которая формируется наследственно (генетически) и врождённо (в период внутриутробного развития), и поэтому не изменяется. Однако существуют определённые факторы, под влиянием которых человек, как кажется окружающим его людям, изменяет своё поведение. Это случается, когда происходит: а) адаптация к условиям труда и значимым людям; б) формирование позитивной мотивации по отношению к труду, деятельности; в) выработка индивидуального стиля деятельности, пригодного только для данного конкретного человека с учётом его индивидуально-типологических и индивидуально-психологических особенностей.

Существует несколько *феноменов темперамента*:

1) нет плохих и хороших темпераментов, люди с любым типом темперамента способны добиться в жизни выдающихся успехов; среди великих людей встречаются представители всех четырёх типов: И. А. Крылов и М. И. Кутузов – флегматики, А. С. Пушкин, Петр I, А. В. Суворов, И. П. Павлов – холерики, М. Ю. Лермонтов и Наполеон Бонапарт – сангвиники, Н. В. Гоголь и П. И. Чайковский – меланхолики;

2) в природе почти не встречаются люди с чистым типом темперамента: почти у всех людей присутствует сочетание всех четырёх типов, но в разных пропорциях;

3) на базе свойств темперамента формируются 70% черт характера и только 30% – социально формируемых черт (в зависимости от воспитания, самовоспитания, воли, влияния общества, условий жизни и труда).

**Темперамент** – **это свойство личности, определяющее силу и скорость протекания психических реакций, то есть характеризующее личность со стороны *динамики* её психических процессов.**

Выделяют *три сферы проявления темперамента*: *общую активность, особенности моторной сферы и свойства эмоциональности*.

*Общая активность* определяется интенсивностью и объёмом взаимодействия человека с окружающей средой – физической и социальной. По этому параметру человек может быть инертным, пассивным, спокойным, инициативным, активным, стремительным.

Проявления темперамента в *моторной сфере* можно рассматривать как частные выражения общей активности. К ним относятся темп, быстрота, ритм и общее количество движений.

Когда говорят об *эмоциональности* как проявлении темперамента, то имеют в виду впечатлительность, чувствительность, импульсивность.

На протяжении длительной истории своего изучения темперамент всегда связывался с *органическими основами*, или физиологическими особенностями организма.

**Теории темперамента**

*Гуморальные теории темперамента*

Создателем учения о темпераментах считается древнегреческий жрец храма богу Эскулапу в Эпидавре – *Гиппократ* (V-IV вв. до н. э.). Слово «темперамент» в переводе с латинского обозначает «надлежащее соотношение частей». Гиппократ ввёл равное ему по значению греческое слово «красис». Под темпераментом он понимал анатомо-физиологические и индивидуальные психологические особенности человека. Он полагал, что темперамент определяется нарушениями в пропорции четырёх жидкостей в теле: крови, лимфы, желчи и черной желчи, а люди различаются соотношением этих четырёх основных «соков» жизни. Гиппократ думал, что у сангвиника быстро возникают сильные чувства, но менее интенсивно проявляются вовне (в организме преобладает кровь – sanguis), у холериков быстро возникают сильные чувства и интенсивно проявляются вовне (преобладает желчь – chole), у флегматиков медленно возникают сильные чувства и менее интенсивно проявляются вовне (преобладает лимфа, слизь – phlegma), у меланхоликов медленно возникают сильные чувства, а о проявлении чувств – не сказано (преобладает черная желчь – melaina chole).

Исходя из его учения, самый знаменитый после Гиппократа врач античности *Клавдий Гален* (II в. до н. э.) разработал первую типологию темпераментов, которую изложил в известном трактате «De temperamentum». Им были выделены темпераменты, которые в наше время пользуются широкой известностью. Эта фантастическая концепция имела огромное влияние на ученых на протяжении многих столетий. Согласно его учению, тип темперамента зависит от преобладания в организме одного из соков. Гален характеризует типы темперамента как физиологическими свойствами, так и психологическими и даже нравственными свойствами.

Исследованиями темперамента занимались и занимаются как отечественные, так и зарубежные психологические школы. Для большинства из них характерно магическое пристрастие к числу четыре, к которому сводится множество темпераментов, что в античных концепциях обосновывалось учением Эмпедокла о четырёх стихиях. О влиянии, которое оказало учение древних врачей и философов на дальнейшее исследование темпераментов, можно судить хотя бы по тому, что до середины XVIII в. почти все исследователи видели анатомо-физиологические основы темперамента в строении и функции кровеносной системы. Такое представление сохранилось и в эпоху научной психологии.

Интересную психологическую характеристику темпераментов дал известный немецкий философ XVIII в. *И. Кант* (22.06.1724 – 12.02.1804). Он считал, что когда речь идёт о темпераменте, имеют в виду физическую конституцию (слабое или сильное телосложение) и комплекцию (соответствующие соки, а также тепло или холод при обработке этих соков). По Канту, существуют темпераменты *чувства* и темпераменты *действия*, которые делятся на два вида, что в совокупности даёт четыре темперамента. К темпераментам чувств Кант причислил сангвинический и его противоположность – меланхолический. Первый имеет особенность, что на ощущение оказывается быстрое и сильное воздействие, но ощущение проникает неглубоко и бывает непродолжительным. В меланхолическом темпераменте ощущение бывает менее ярким, зато пускает глубокие корни. В этом следует усматривать различие темпераментов чувств (а не в расположении к веселью или грусти).

Холерический и флегматический темпераменты относятся к темпераментам *действия* и имеют характеристики, аналогичные первым двум темпераментам, но с поправкой на проявления действий.

 Известный исследователь темпераментов немецкий психиатр *Э. Кречмер* считал, что установленные им четыре основные свойства темперамента – чувствительность к раздражителям, настроение, темп психической деятельности и психомоторика – обусловлены химическим составом *крови*. Известна также химическая теория темперамента 30-х годов ХХ века, принадлежащая У. Мак-Дауголлу, непосредственно примыкающая к древней гуморальной концепции. Японский психолог Т. Фурукова в тот же период высказывал мнение, что основным методом диагностики темперамента является определение химического состава *крови*.

*Теории темперамента, связанные со свойствами нервной системы*

Параллельно с эндокринными концепциями, начиная с середины XVIII в., развивались теории темперамента, связанные с некоторыми свойствами нервной системы. *Альбрехт Галлер*, основоположник экспериментальной физиологии, который ввел важные для психологии понятия возбудимости и чувствительности, утверждал, что основными факторами различий по темпераменту являются сила и возбудимость самих кровеносных сосудов, через которые проходит кровь.

Эту идею воспринял ученик А. Галлера *Г. Врисберг*, который связывал темперамент непосредственно с особенностями нервной системы. Он считал, что в основе холерическо-сангвинистического темперамента лежит крупный мозг, «сильные и толстые нервы» и высокая возбудимость органов чувств. Идея связи особенностей темперамента с определёнными анатомическими и физиологическими характеристиками нервной системы в различных формах появляется в учениях многих философов и врачей XVIII и XIX вв. Она получила частичное экспериментальное подтверждение главным образом в типологии И. П. Павлова; опыты недвусмысленно показали, что некоторые свойства нервной системы образуют физиологическую основу темперамента.

Под влиянием антропологов, обративших внимание на различия в строении тела, и психиатров, подчеркивающих индивидуальные различия в предрасположенности к психическим заболеваниям, на рубеже XIX и XX вв. сформировалась концепция, согласно которой существует связь между телосложением и свойствами темперамента. Эта концепция, распространенная прежде всего среди итальянских, французских и немецких исследователей (А. Д. Джиованни, Л. Л. Ростан, Г. Г. Карус), наиболее полное выражение получила у французского врача *Клода Сиго*. В 20-х годах XX в. он создал типологию, в основе которой лежало представление о том, что организм человека и его расстройства зависят от среды и врождённых предрасположенностей.

Каждой системе организма соответствует определённая внешняя среда, воздействующая на эту систему. Воздух – источник дыхательных реакций; пища, попадающая в пищеварительную систему, образует источник пищеварительных реакций; моторные реакции протекают в физической среде; социальная среда вызывает различные мозговые реакции. Исходя из этого, К. Сиго выделяет в зависимости от преобладания в организме одной из систем четыре основные типа телосложения: дыхательный, пищеварительный, мускульный и мозговой.

Преобладание какой-либо одной системы над остальными приводит к специфической реакции индивида на определенные изменения окружающей среды, благодаря чему каждому из типов телосложения соответствуют определенные особенности темперамента.

Однако большинство исследователей темперамента обращали внимание прежде всего на эмоциональные и моторные реакции индивида, особенно подчеркивая их формальный аспект, то есть их силу (интенсивность) и протекание во времени.

Классическим примером такого подхода может служить типология темпераментов *В. Вундта*, создателя экспериментальной психологии. Он понимал темперамент как предрасположенность к аффекту, что нашло выражение в следующем тезисе: темперамент для эмоции то же, что возбудимость – для ощущений. Исходя из такого понимания, В. Вундт выделял два биполярных свойства темперамента, а именно *силу* и *скорость* изменения эмоции, подчёркивая значение энергетической характеристики индивида.

У В. Вундта мы находим чрезвычайно важную мысль о том, что каждый темперамент имеет свои положительные и отрицательные стороны, а это, в частности, означает, что правильное воспитание предполагает использование достоинств данного темперамента и, в то же время, нивелирование отрицательного влияния, какое он может оказывать на поведение индивида.

Наиболее успешную попытку связать темперамент с особенностями организма человека предпринял *И. П. Павлов*. Он обосновал ведущую роль центральной нервной системы в динамических особенностях поведения. В лабораториях Павлова, где на собаках изучались условные рефлексы, обнаружилось, что у разных животных условные рефлексы образуются по-разному: у одних они образуются быстро и долго сохраняются, у других образуются медленно и быстро угасают; одни животные могут переносить большие нагрузки при сильных раздражителях, другие при сильных раздражителях впадают в тормозное состояние; у одних животных динамический стереотип изменяется быстро, у других проявляет большую инертность. И. П. Павлов предположил, что всё это зависит от особенностей высшей нервной деятельности животных. Он открыл и описал эти особенности.

Во-первых, *сила нервной системы*, под которой понимают и работоспособность нервной клетки, и способность нервной системы выдерживать большие нагрузки. Например, в условиях лаборатории силу нервной системы определяли с помощью сверхсильных раздражителей, давали, например, нестерпимо громкую трещотку и смотрели, способен ли организм в этих условиях вырабатывать условные связи.

Другая основная особенность – *уравновешенность процессов возбуждения и торможения*. С этой точки зрения нервные процессы могут быть или уравновешенными, то есть примерно одинаковой силы, либо какой-то из них преобладает, доминирует.

Третье свойство нервной системы – *подвижность*. Под подвижностью понимают способность нервных процессов быстро сменять друг друга. И. П. Павлов пришёл к выводу, что в основе каждого из четырёх типов темперамента лежит то или иное соотношение основных свойств, которое было названо *типом высшей нервной деятельности*.

Чтобы охарактеризовать особенности нервной деятельности человека, И. П. Павлов был вынужден искать такие критерии, которые были бы присущи только человеку. В зависимости от преобладания первой или второй сигнальной системы он выделил ещё 2 типа нервной деятельности, специально человеческие – художественный и мыслительный.

Люди, у которых отмечается преобладание первой сигнальной системы, принадлежат к художественному типу. У них преобладает конкретно-образное мышление, богатая сила воображения, непосредственность и живость восприятия действительности. Характерна и определённая склонность к аффекту.

В случае функционального перевеса деятельности второй сигнальной системы мы имеем дело с мыслительным типом. Представители этого типа склонны к рассудительности, анализу, отвлеченному абстрактно-логическому мышлению. Их чувства отличаются сдержанностью и умеренностью.

Уравновешенностью в деятельности двух сигнальных систем обладает средний, промежуточный тип (Леонардо да Винчи, Ломоносов).

Впоследствии И. П. Павлов отказался от того, чтобы рассматривать типы нервной системы (НС) как физиологическую базу темпераментов, понимаемых как «картины поведения». Он изменил значение слова «темперамент», введя понятия «генотип» и «фенотип». Генотип Павлов определил как прирожденный тип нервной системы, фенотип **–** как склад высшей нервной деятельности, который образуется в результате комбинации врождённых особенностей и условий воспитания. Генотип Павлов связал с понятием «темперамент», а фенотип –с понятием «характер». Тем самым Павлов дал чисто физиологическую интерпретацию темперамента, отрешившись от его психологических аспектов. Психологические же аспекты темперамента он назвал характером. Павлов сделал вывод: основные типы НС не соответствуют основным типам темперамента (в психологическом смысле). Он признавал, что различные комбинации свойств НС могут дать 24 разных типа. И, действительно, позднее, при исследовании ВНД человека, оказалось, что стойких сочетаний основных свойств НС гораздо больше, чем четыре.

Кроме того, анализ свойств НС привел к необходимости пополнения их списка. К трём основным свойствам были добавлены ещё два – *динамичность и лабильность*.

*Динамичность* (от греч. dynamis – сила) – свойство нервной системы, характеризующееся легкостью возникновения *возбуждения* и *торможения* в ходе выработки *условных рефлексов*. Соотношение между показателями динамичности возбуждения и торможения определяется как баланс по динамичности. От динамичности НС зависят скорость и успешность первичного приспособления индивида к новым условиям. Динамичность НС как её самостоятельное свойство обнаружена в исследованиях В. Д. Небылицына.

*Лабильность* (от лат. labilis – скользящий, неустойчивый) – одно из основных свойств НС, характеризующее скорость возникновения и прекращения нервных импульсов (максимальное число импульсов, которое нервная клетка или функциональная структура может передать в единицу времени без искажений). Термин предложен Н. Е. Введенским.

Был поставлен вопрос о выделении среди них первичных и вторичных свойств. Таким образом, представления об основных свойствах НС продолжают меняться и уточняться.

Далее было поставлено под сомнение положение о том, что свойства нервной системы должны изучаться с помощью условно-рефлекторных процедур. Нейрофизиологами была обнаружена фундаментальная роль в активации поведения и в его эмоциональной регуляции *подкорковых структур* – ретикулярной формации, лимбических образований, лобных долей и др.

В. Д. Небылицын возглавил поиски физиологических основ индивидуальности в свойствах лобно-ретикулярных структур головного мозга и обнаружил, что они определяют общую активность поведения и его регуляцию, а лобно-лимбические структуры заведуют эмоциональными аспектами поведения.

Таким образом, особенности ЦНС – частичное проявление своеобразия каждого организма вообще, оно обнаруживается также и в особенностях его морфологии, и в деятельности его эндокринных систем, и в общем гуморальном фоне и т. п.

**Психологическая характеристика типов темперамента.** В руслетеории интегрального исследования индивидуальности известный отечественный психологВ. С. Мерлинразработал концепцию темперамента.

По В. С. Мерлину, т**емперамент –** совокупность индивидуальных свойств психики, определяющих динамические (скорость, ритм, темп, интенсивность, вектор (направленность) и активационные (легкость активации, мобилизации психических сил) особенности психической жизни человека, одинаково проявляющихся в разнообразных видах деятельности (предметной, коммуникативной и т.д.), относительно независимых от ее содержания, целей, мотивов, в главном и основном обусловленных наследственностью и условиями эмбрионального развития и в своей взаимной закономерной связи характеризующих тип темперамента (В. С. Мерлин, 1964).

Перечисленные ниже **психодинамические свойства** отмечены в концепции темперамента, разработанной В. С. Мерлиным, которая является составной частью его же теории интегрального исследования индивидуальности.

 **1.** **Сензитивность –** оней судят по тому, какова должна быть сила внешних воздействий, чтобы у данного человека возникла какая-либо психическая реакция, и как быстро она возникает. Так, одна и та же степень неудовлетворенности одним человеком почти не замечается, а у другого вызывает страдание.

**2. Эмоциональная возбудимость**, или возбудимость эмоций, обнаруживается в том, насколько слабое воздействие необходимо для возникновения какой-либо эмоциональной реакции и с какой скоростью она возникает.

**3. Психодинамическая тревожность,** в отличие от тревожности ожиданий, или личностной тревожности, проявляется в склонности человека переживать самые различные ситуации как чем-то ему угрожающие и испытывать при этом неопределенный страх и беспокойство, не направленные на какой-либо предмет, человека или явление.

**4. Темп реакции**, или **психический темп** – это скорость протекания различных психических реакций и процессов (темп речи, движений, скорость запоминания, находчивость, быстрота ума и т.д.)

**5. Активность волевой целенаправленной деятельности** – об этом свойстве судят по тому, с какой степенью активности, энергичности человек воздействует на внешний мир и преодолевает препятствия при осуществлении своих целей. Сюда относятся целенаправленность и настойчивость в достижении целей, сосредоточенность внимания в длительной работе и т. д., для чего нужна энергия воли.

**6. Реактивность,** или **импульсивность**, – это степень непроизвольности реакций на внешние или внутренние воздействия одинаковой силы (резкий и неожиданный звук, критическое замечание, обидное слово, угроза и т. п.).

**7. Соотношение реактивности и активности** – об этом свойстве судят по тому, от чего в большей степени зависит деятельность, поведение и общение человека – от случайных внешних и внутренних обстоятельств (от настроения, желаний, случайных событий) или от целей, намерений, стремлений, убеждений.

**8. Резистентность** (от лат.resistentia **–** сопротивление, противодействие) **–** это степень сопротивления утомлению, неблагоприятным условиям (например, собственному настроению, отвлекающим факторам, стрессу), работоспособность. Функция этого свойства заключается в сопротивлении всем внешним и внутренним условиям, ослабляющим или тормозящим начатую деятельность.

**9. Психодинамическая общительность,** или **гаррулитарность** (от лат.garrulatio – болтовня)**,** в отличие от общительности как свойства личности, регулирует динамику коммуникативной активности человека – частоту установления социальных контактов (интенсивность общения), широту круга общения (экстенсивность общения) и т. д.

**10. Интроверсия** (от лат. intro – внутри и verso – вкатывать, направлять) как *субъективация* (от лат. subjectus – лежащий внизу, находящийся в основе) и противоположное ей качество – **экстраверсия** (от лат. extra – вне, снаружи и verso – вкатывать, направлять) как *объективация* (от позднелат. objectum – предмет, от лат. objicio – бросаю вперед, противопоставляю). Об этом свойстве судят по тому, от чего преимущественно зависят реакции, деятельность и поведение человека – от образов, представлений и мыслей, связанных с прошлым и будущим (интровертированность) или от внешних впечатлений, возникающих в данный момент (экстравертированность). Функция интроверсии как субъективации заключается в усилении степени опосредования деятельности субъективными образами, представлениями и понятиями. Важно обратить внимание на то, что показатели интроверсии как субъективации, по В. С. Мерлину, совпадают с некоторыми из тех, которые применяются для диагноза интроверсии-экстраверсии в других теориях (Айзенк, Юнг и др.), однако это совпадение лишь частично.

**Экстраверсия – интроверсия** – характеристика индивидуально-психологических различий человека, крайние полюса которой соответствуют преимущественной направленности личности либо на мир внешних объектов, либо на явления его собственного субъективного мира. Понятия *экстраверсия – интроверсия* были введены К. Юнгом для обозначения двух противоположных типов личности. Экстравертированный тип характеризуется обращенностью личности на окружающий мир, объекты которого, «подобно магниту», притягивают к себе интересы, «жизненную энергию» субъекта, что в известном смысле ведет к отчужденности субъекта от себя самого, к принижению личностной значимости явлений его субъективного мира. Экстравертам свойственны импульсивность, инициативность, гибкость поведения, общительность, социальная адаптированность. Для интровертированного типа характерны фиксация интересов личности на явлениях собственного внутреннего мира, которым она придает высшую ценность, необщительность, замкнутость, социальная пассивность, склонность к самоанализу, затруднение социальной адаптации.

**11. Ригидность** (от лат. rigidus – твёрдый) и противоположное ей качество – **пластичность** (от греч. plastikos – годный для лепки, податливый), или **флексибильность** (от лат. flexio – сгибание). Об этом свойстве судят по тому, насколько инертны и косны поведение человека, его суждения, привычки (ригидность) или, наоборот, насколько легко и гибко он приспосабливается к внешним воздействиям, изменяющимся условиям жизни (пластичность) (рисунок 1).



**2. Понятие характера.** У каждого человека личностные черты и качества соединены по-разному. Неповторимое, индивидуальное сочетание психологических черт личности представляет собой характер. «Характер» – слово древнегреческого происхождения, в переводе на русский язык означает «чеканка», «печать». И, действительно, характер, с одной стороны, представляет собой отпечаток воспитания и деятельности, которые формируют человеческую личность. Жизнь чеканит, отливает характер человека. А с определенного момента человек сам начинает чеканить, ковать свой характер. В этом заключается сущность самовоспитания. Характер также накладывает печать на все поступки, мысли и чувства человека. По этим проявлениям мы и судим о характере той или иной личности. Характерными следует считать не все особенности человека, а только существенные и устойчивые.

**Характер** **–** это каркас личности, в который входят только наиболее выраженные и тесно взаимосвязанные черты, отчетливо проявляющиеся в различных видах деятельности. Все черты характера – это черты личности, но не все черты личности – черты характера.

**Характер –** свойство личности, представляющее совокупность устойчивых индивидуальных особенностей личности, складывающуюся и проявляющуюся в деятельности и общении, в определённом отношении человека: 1) к себе (степень требовательности, критичности, самооценки); 2) к другим людям (индивидуализм или коллективизм, эгоизм или альтруизм, жестокость или доброта, безразличие или чуткость, грубость или вежливость, лживость или правдивость и т. п.); 3) к порученному делу, труду (лень или трудолюбие, аккуратность или неряшливость, инициативность или пассивность, усидчивость или нетерпеливость и т. п.); 4) к досугу; 5) волевые качества.

Характер обусловливает типичные для человека способы поведения. Познание характера индивида позволяет со значительной долей вероятности предвидеть его поведение и тем самым корректировать ожидаемые действия и поступки.

**Характер** – совокупность устойчивых свойств индивида, в которых выражаются способы его поведения и способы эмоционального реагирования.

**Характер** человека – это сплав врожденных свойств высшей нервной деятельности с приобретенными в течение жизни индивидуальными чертами.

**Характер** – это социальная физиономия личности человека.

«Характер» трактуется в психологии далеко не однозначно. Существуют трудности различения характера и темперамента. Ещё больше спорных вопросов возникает при попытке развести понятия «характер» и «личность» (в узком смысле).

П. Б. Ганнушкин пишет, что для оценки творческих личностей недостатки их характера не имеют значения: «Историю интересует только творение и, главным образом, те его элементы, которые имеют не личный, индивидуальный, а общий, непреходящий характер».

Кратко суть различий между характером и личностью можно выразить так: черты характера отражают то, *как* действует человек, черты личности – то, *ради чего* он действует.

**Акцентуации характера.** Наиболее значительные и дифференциальные «типологии характера» разработаны на стыке двух дисциплин: психологии и психиатрии – такими исследователями, как К. Юнг, Э. Кречмер, П. Б. Ганнушкин, К. Леонгард, А. Е. Личко и др.

Юнг выделил два основных типа характера: экстравертированный и интровертированный; Кречмер также описал всего два типа: циклоидный и шизоидный. Со временем число типов увеличилось. У Ганнушкина отмечают уже семь типов характеров; у Леонгарда – десять, у Личко – одиннадцать.

**Акцентуация характера** –этокрайний вариант нормы, при котором одни черты характера чрезмерно развиты в ущерб другим или недоразвиты и делают личность уязвимой в определенной, селективной ситуации. Выраженность акцентуации может быть различной – от легкой, заметной лишь ближайшему окружению, до крайних вариантов, когда приходится задумываться, нет ли болезни – психопатии.

Одним из важных вопросов является **вопрос о различной степени выраженности характера**.

Характеры бывают гармоничными, или *«нормальными»*, когда все черты развиты и обеспечивают человеку эффективность в деятельности, общении, познании. Характеры с чертами чрезмерно выраженными или неразвитыми называются *акцентуированными.* Акцентуации характера рассматриваются как *крайние варианты нормы*. Они подразделяются на явные и скрытые акцентуации. Характеры с сильными отклонениями называются *психопатиями.*

**Психопатия –** болезненное уродство характера (при сохранении интеллектачеловека), врезультате которого резко нарушаются взаимоотношения с окружающими людьми. Психопатия отличается стабильностью аномальных характерологических отклонений, тотальностью проявлений и социальной дезадаптацией.

Между акцентуированными характерами и психопатиями нет четкой границы. Однако существуют *критерии (признаки) психопатий* Ганнушкина – Кербикова:

1) *стабильность аномальных характерологических отклонений во времени*, т.ее. характер мало меняется в течение жизни;

2) *тотальность проявлений характера*: при психопатиях одни и те же черты характера обнаруживаются всюду: и дома, и на работе, и на отдыхе, и среди знакомых, и среди чужих, в любых обстоятельствах. Если же человек дома один, а «на людях» – другой, то он не психопат;

3) *социальная дезадаптация*: у человека постоянно возникают жизненные трудности, которые испытывает как он сам, так и окружающие, часто он нуждается в медикаментозном лечении и изоляции (П. Б. Ганнушкин, 1933).

Важным вкладом в психологическую теорию характера является введение понятия **«место наименьшего сопротивления» («слабого звена»)**. Слабые места каждого характера надо знать, чтобы избегать неправильных шагов, излишних нагрузок и осложнений в семье и на работе, при воспитании детей, организации собственной жизни и т. п.

Типы акцентуаций совпадают с типами психопатий, хотя их список шире.

А. Е. Личко выделяет следующие типы акцентуаций: гипертимный, циклоидный, лабильный, астено-невротический, сензитивный, психастенический, шизоидный, эпилептоидный, истероидный, неустойчивый и конформный.

Как и в случае психопатий, различные типы могут сочетаться, или смешиваться, в одном человеке, хотя сочетания эти не любые.

Э. Кречмер пишет, что именно темпераменты составляют ту часть психического, которая стоит в корреляции со строением тела. В характер же входят также экзогенные факторы, особенно результаты воспитания и среды, чуждые понятию конституции. Из приведенных слов видно, что точка зрения Э. Кречмера практически ничем не отличается от понимания темперамента как генотипа и характера как фенотипа, предложенного И. П. Павловым.

Авторы типологий обращают большое внимание на выделение базовых «измерений» характера, или свойств темперамента, отличающих каждый тип. (Примерами могут служить эмоциональная теплота циклоидов и холодность шизоидов, повышенная чувствительность и истощаемость астеников, сила влечений и вязкость аффектов эпилептоидов и др.).

Признание же генетических предпосылок характера ни в коем случае не означает утверждение его генетической предопределенности. Наследуется лишь «норма реакции», т. е. набор различных способов реагирования на средовые влияния. В психиатрической литературе известны «ядерные», или «генуинные», и «конституциональные» акцентуации характера и психопатии, в происхождении которых решающая роль отводится неблагоприятной наследственности. Необходимо подчеркнуть, что психопатии могут возникнуть при самых благоприятных условиях воспитания. В психиатрической литературе известны также краевые патохарактерологические акцентуации и психопатии, т. е. приобретаемые прижизненно. К их формированию могут привести исключительно тяжелые социальные условия при совершенно нормальном исходном фоне. В связи с этим чрезвычайно актуальной является проблема ранней диагностики отклонений характера у детей и изучения специальных условий воспитания с целью своевременной коррекции формирования характера.

**Краткое описание типов акцентуаций характера,**

**по К. Леонгарду**

1. Гипертимный тип отличается активностью, энергичностью, оптимизмом, беззаботностью, многосторонними способностями, при этом он плохо переносит дисциплину, критику в свой адрес, бурно переживает неудачи. Гипертимы склонны к риску, новизне, их тяготит одиночество, они стремятся к лидерству.

2. Застревающийтип отличается длительностью переживаний какого-либо чувства, настойчивостью, упрямством, трудностью от переключения с одной проблемы на другую. При этом застревающий тип обладает высоким самомнением, повышенной чувствительностью к несправедливости, недоверчивостью.

3. Эмотивныйтип отличается тонкостью эмоциональных реакций, проницательностью, гуманностью, отзывчивостью. Как правило, эмотивный тип не претендует на лидерство.

4. Педантичный тип отличается преувеличенной аккуратностью, плохой переключаемостью с одной проблемы на другую, он всегда жестко следует плану, при его нарушении испытывает раздражение.

5. Тревожный тип отличается ощущением беспокойства, внутренней напряженностью, склонен ожидать неприятности. Для данного типа характерны постоянные сомнения в правильности своих поступков и мыслей.

6. Циклотимный тип отличается чередованием приподнятого и депрессивного настроения, ценностные ориентации и потребности зависят от цикла настроения. В период подъема ведут себя как гипертимы, в период спада – как дистимы.

7. Демонстративныйтип отличается эгоцентричностью, жаждой признания, оригинальностью, стремлением произвести эффект. Для него характерна богатая фантазия, лживость, притворство, авантюризм, проявление артистических способностей.

8. Возбудимый тип отличается агрессивностью, упрямством, раздражительностью, властностью, требовательностью, неуживчивостью, неудержимостью. Для данного типа характерна повышенная конфликтность, грубость.

9. Дистимный тип отличается серьезностью, частой подавленностью настроения, тоскливостью, предчувствием неприятностей. Для этого типа характерны медлительность, слабость волевого усилия, заниженная самооценка.

10. Экзальтированный тип отличается склонностью приходить в состояние восторженного возбуждения по незначительному поводу и впадать в отчаяние в результате разочарований. Для него характерно искреннее, но чрезмерное переживание восторга и отчаяния; страстность, полярность чувств (любовь и ненависть, восторг и отчаяние), самая сильная любовь возникает в тех случаях, когда любящий не встречает взаимности.

С развитием личности человек начинает жить более нормативно не только в смысле общей направленности, но и в смысле способов поведения. Это можно выразить формулой, что «личность в своём развитии «снимает» характер», характер может быть превзойден и «отменен» личностью.

А. Ф. Лазурский, описывая три уровня зрелости личности, переходя от низшего уровня к высшему, исключает из описания человеческой индивидуальности черты характера, заменяя их свойствами личности (от эндопсихики к экзопсихике).

П. Б. Ганнушкин писал, что в самом словосочетании «нормальный характер» заложено противоречие, т. е. «неотличающаяся индивидуальность», «нехарактерная характерность», отсутствие острых углов. Ведь характер – это уже индивидуальность, поэтому «нормального» характера нет. Когда мы захотим описать гармоничного (с точки зрения характера) человека, то должны с языка черт характера перейти на язык свойств личности, и тогда обнаружится масса его уникальных особенностей во всех сферах – мотивационной, нравственной, мировоззренческой и др.

**3. Способности и задатки. Понятие о различных подходах к изучению способностей.** Желая понять человека, мы всегда адресуем ему следующие вопросы: Что он есть? Что он хочет? Что он может? И когда видим достаточно высокий уровень выполнения какой-либо деятельности, говорим о способностях.

Рассмотрение способностей как специфического психологического (вернее даже – психофизиологического) феномена целесообразно осуществлять с позиций дифференциальной психологии и психофизиологии.

**Личностно-деятельностный подход к рассмотрению способностей**

Понятие «способности» было введено древнегреческим философом Платоном в IV веке до нашей эры. Однако раскрытие своего научного содержания оно получило значительно позже. Подробное изложение истории изучения вопроса о способностях можно найти в книге К. К. Платонова. Ильин Е. П. рассмотрел современные подходы к изучению этой проблемы, одним из которых является тесная привязка способностей к теории деятельности и личности. Теория деятельности объясняет возникновение способностей, а теория личности – место способностей в структуре личности.

В соответствии с этим способности определяются как *свойства (или совокупность свойств) личности, влияющие на эффективность деятельности.* Точка зрения, что способности представляют собой совокупность свойств личности, характерна для А. Г. Ковалева и К. К. Платонова. Первый под способностями понимает ансамбль или синтез свойств человеческой личности, отвечающих требованиям деятельности, второй – совокупность (структуру) довольно стойких, хотя и изменяющихся под влиянием воспитания, индивидуально-психологических качеств личности, структуру личности, актуализирующуюся в определенном виде деятельности, степень соответствия данной личности в целом требованиям определенной деятельности. В. Н. Мясищевым и А. Г. Ковалевым такая постановка вопроса выражена весьма отчетливо; авторы считают, что под способностями надо понимать ансамбль свойств, необходимых для успешной деятельности, включая систему личностных отношений, а также эмоциональные и волевые особенности человека (целостно-личностный подход). Способности и одаренности с позиции системного целостного подхода рассматриваются в работах В. Д. Шадрикова. Б. М. Теплов говорил об одаренности как совокупности способностей. Как справедливо отмечает Т. Н. Артемьева: «Понять способности можно только в связи с изучением личности, ее особенностей и деятельности».

В. С. Мерлин относит к *способностям* свойства индивида и личности, в том числе отношение личности к осуществляемой им деятельности и индивидуальный стиль деятельности (очевидно, на том основании, что и то и другое влияет на эффективность деятельности). А. Г. Ковалев и В. Н. Мясищев к *способностям* причисляют личностные отношения, эмоциональные и волевые особенности человека. К. К. Платонов за *способности* принимает нравственные и правовые отношения личности и в связи с этим говорит о нравственных и правовых способностях. Б. М. Теплов, возражая против того, чтобы считать способностью любое свойство личности, ввел ограничения: *способностью* можно назвать только такое свойство личности, которое влияет на эффективность деятельности. Между тем резонно замечание К. К. Платонова: а есть ли такие особенности и свойства личности, которые хотя бы косвенно не влияли на эффективность деятельности?

Одним из недостатков личностно-деятельностного подхода к способностям является и то, что рассматриваются только психические свойства и не учитываются физиологические и биохимические, существенно влияющие на эффективность деятельности.

Согласно взглядам Б. М. Теплова, **способности – это свойства личности, которые определяют динамику, глубину и прочность приобретения знаний, умений и навыков и обеспечивают результативность и успешность деятельности.**

Под **задатками** чаще всего понимают **врожденные и наследственные анатомо-физиологические особенности мозга, которые способствуют более динамичному приобретению знаний, умений и навыков и составляют основу способностей** (Б. М. Теплов). А. Г. Ковалев и В. Н. Мясищев расшифровывают их следующим образом: это физиологические и психологические особенности человека, обусловленные, в частности, индивидуальными особенностями строения мозга. В более поздних работах Б. М. Теплов включил в число определяющих способности характеристик типологические особенности проявления свойств нервной системы (силу – слабость, подвижность – инертность, уравновешенность – неуравновешенность). К. К. Платонов относит к задаткам и психические процессы, а А. А. Бодалёв – психические функции, что, в принципе, одно и то же. Таким образом, вопрос, что входит в состав способностей как врожденные компоненты, остается до конца не решенным.

Однако главное препятствие в понимании сущности способностей состоит не в составе задатков, а в уяснении того, *каким путем задатки превращаются в способности.*

Б. М. Теплов указывал, что **задатки не могут выступать в качестве единственного структурного элемента способностей.** С*пособности являются многокомпонентными образованиями, а задатки могут быть полифункционалъными.*

О том, что способности образуются в процессе деятельности, писал и Б. Г. Ананьев: «Задатки становятся реальными способностями, реализуются, превращаются в действительность только через деятельность».

**Функционально-генетический подход к рассмотрению способностей**

Особенностью этого подхода является рассмотрение структуры способностей с позиции функции и функциональной системы, а возникновения (генезиса) способностей – с позиции генетической теории.

В. Д. Шадриков рассматривает *способности* как индивидуальные качества, включенные в систему деятельности, и понимает под ними качества психических процессов и качества моторики. При таком понимании психическая функция в определенном качественном выражении выступает в роли способностей. При этом В. Д. Шадриков подчеркивает, что функция понимается им не как «отправление той или иной ткани», а как работа целостной функциональной системы. В связи с этим он считает, что способности можно определить как характеристики продуктивности функциональных систем, реализующих тот или иной психический процесс (восприятие, память, мышление и т. д.). Это определение он относит и к двигательным (психомоторным) способностям.

Под *задатками* В. Д. Шадриков понимает свойства элементов, образующих функциональную систему и влияющих на эффективность её функционирования. При этом состав и природу задатков он пока не раскрывает, хотя и говорит о нейронах и нейронных цепях как специальных задатках, а типологические особенности свойств нервной системы и соотношения между полушариями головного мозга относит к общим задаткам. При таком подходе, считает В. Д. Шадриков, задатки не развиваются в способности, а формируются. По его представлениям, способности и задатки являются свойствами: первые – функциональных систем психических процессов, вторые – компонентов этой системы, поэтому, по В. Д. Шадрикову, **способности как свойства функциональных систем являются системными качествами.**

Основные положения В. Д. Шадрикова связаны с привязкой способностей к функциональным системам, каждая из которых формируется для осуществления определенной функции. Именно поэтому он считает, что *способности целесообразно соотносить с психическими функциями*. Состав способностей, по его мнению, тоже весьма узок и ограничивается психическими процессами и психомоторикой. Таким образом, В. Д. Шадриков придерживается функционального, а не личностно-деятельностного подхода к рассмотрению способностей.

**Виды способностей.** Различают способности общие и специальные. **Общие способности** – способности к обучению, к познавательной деятельности, к приобретению знаний, умений и навыков. Общие способности включают в себя следующие частные общие способности: 1) вербальные, 2) математические, 3) мнемические, 4) пространственные.

Все они вместе помогают человеку быстрее и глубже воспринимать знания.

**Специальные способности** – это успешность выполнения специальных видов деятельности, динамика приобретения умений и навыков в какой-то узкой области познания (музыкальной, педагогической, художественной, пластической и т.д.). Например, технические способности: конструкторское воображение, способность абстрактно и по чертежу представить готовую машину; для художника – чувство пропорции и цвета.

Лингвистические и коммуникативные способности, являясь промежуточными между общими и специальными, могут рассматриваться в качестве специальных способностей. Она (лингвистическая) общая, когда дело касается обучения вообще, и специальная, когда речь идет о навыках – на филологическом и факультете иностранных языков.

То же можно сказать о музыкальном слухе: он будет общей способностью при сопоставлении друг с другом разных видов музыкальной деятельности (Теплов Б. М. в «Психологии музыкальных способностей» определил 3 основных вида музыкальной деятельности: слушание музыки, исполнение музыки, сочинение музыки), и специальной, когда музыкальная деятельность противопоставляется всякой другой деятельности.

В каждом человеке важно определить не только наличие конкретных способностей, но и их соотношение. Что важнее: наличие специальных или общих способностей?

Н. С. Лейтес отмечает взаимодействие двух самых глобальных характеристик способностей (которые он сам выделяет) – активности и саморегуляции. Один из «полюсов» типологического свойства уравновешенности – активированность (преобладание возбуждения) – является природной предпосылкой для формирования некоторых форм психической активности, более непосредственно зависящих от энергетической базы.

Другой «полюс» – инактивированность (преобладание торможения) – оказывается предпосылкой саморегуляции и форм психической активности, обусловливающих большую систематичность и организованность. Низкоактивированные подростки учатся почти столь же успешно, как и высокоактивированные, особенно по предметам гуманитарного цикла.

В условиях однообразной деятельности более успешно работают люди со слабой нервной системой, однако они теряют свои преимущества при высоком уровне активации.

Кроме того, различают способности «нулевые», средние, хорошие, высокие, талант и гениальность. Отмечают также существование умственного познавательного дефекта, именуемого *олигофренией.*

**Олигофрения** (от греч. oligos – немногий + phren – ум) – наиболее распространённая форма умственной отсталости. Выделяются 2 основные группы: 1) олигофрения, обусловленная *генетическими* нарушениями; 2) олигофрения, обусловленная *внешними* факторами: инфекциями, травмами, алкогольной интоксикацией матери и т.д. Психические проблемы людей с олигофренией исследует олигофренопсихология.

**Олигофренопсихология** – раздел специальной психологии, изучающий психическое развитие и возможности его коррекции у людей с тяжелыми формами недоразвитости мозга. Олигофренопсихология выявляет причины их умственной отсталости (врожденные дефекты нервной системы, результат болезни или травмы), изучает их психологические особенности, формы и степень выраженности дефекта (дебилы – легкая степень отсталости, имбецилы – средняя, идиоты – глубокая), способствует созданию программ и методик их обучения во вспомогательных школах.

К высоким способностям относят *дарование* и *одарённость*.

**Дарование** – высоко развитые специальные способности (например, музыкальные, художественные и т.д.).

**Одаренность** – наличие нескольких способностей при высоком уровне развития одной способности, совокупность способностей, обусловливающих успешную активность человека в широких диапазонах деятельности и общения.

За высокими способностями следуют талант и гений.

**Талант** – выдающаяся способность к конкретным видам деятельности или общения, в которых человек достигает значительных творческих результатов.

**Гениальность** – уникальные способности, наличие которых позволяет получить результаты, являющиеся достижением эпохи.

**Факторы, влияющие на развитие способностей**

Если не будут созданы соответствующие условия развития способностей, не будет предоставлена детям соответствующая деятельность, будут упущены сензитивные периоды для развития определенных способностей, не будут учтены и другие не менее важные факторы – способности не разовьются, и может наступить необратимая утрата способностей – НУВЕРС. Для развития способностей важна совокупность различных факторов, вот некоторые из них:

I. *Психологические:*

* сензитивные периоды формирования функций: каждый ребёнок в своём развитии проходит периоды повышенной чувствительности к тем или иным воздействиям, к освоению того или иного вида деятельности; например, известно, что у ребёнка от 0 до 3 лет интенсивно развивается устная речь и мышление, а в 5-7 лет он наиболее готов к овладению чтением, занятиям музыкой, математикой, спортом и т.д.;
* соответствующая деятельность с помощью взрослого (зона ближайшего развития, по Л. С. Выготскому),
* повышенная мотивация, интерес.

II. *Материальные:*

* сбалансированное питание (яйца, мясо, молоко, творог, сыр, овощи, фрукты);
* наличие сложных игрушек, инструментов (в том числе музыкальных), красок, альбомов, компьютера и т.д.

III. *Социальные:*

* родители (мать);
* воспитатели;
* учителя;
* методики обучения.

**4. Общая характеристика личности. Понятие о личности. *Личность*** *– высшая интеграция всех психических процессов и свойств, формирование особых, чисто личностных новообразований: убеждений, ценностных ориентаций, мировоззрения.*

Понятие «личности» часто объединяют со словом «человек». Однако это разные понятия. ***Индивид*** – это биологическое явление, представитель Homo sapiens, обладающий генетически переданными свойствами. ***Человек*** – это явление наполовину биологическое, наполовину социальное, участвующее в общественно-полезной деятельности. А. Г. Асмолов писал: «Индивидом рождаются, личностью становятся, а индивидуальность отстаивают». Близко этим понятиям и понятие ***индивидуальности.*** Оно обладает следующими признаками: 1) индивидуальность предполагает наличие свойств и особенностей психических процессов, новообразований одного человека, отличающих его от других людей; 2) постоянное, стабильное отличие.

Личность рождается дважды. *Первое «рождение»* личности – в три года, когда появляется самосознание, человек выделяет себя из окружающего мира, осознает себя и свое «я». Первый признак самостоятельности отмечают тогда, когда человек начинает что-то предпочитать, задерживает одно поведение ради другого, когда формируется система его потребностей и определяется иерархия мотивов.

*Второе «рождение»* происходит в подростковом возрасте, когда появляется способность к саморазвитию и самовоспитанию, когда человек осознаёт себя как деятеля, планирует собственную жизнь. В целом личность в подростковом возрасте уже сформирована, хотя потом она может меняться.

В жизни человека случаются также кризисы, переломные моменты, когда требуется переосмысление всего прожитого и принятие новых решений. Американский психолог Гейл Шиихи утверждает, что эти кризисы имеют определенную тематику и периодичность, следуют друг за другом через каждые семь лет, начиная с 16-летнего возраста. Другие исследователи полагают, что самый первый психический кризис – это кризис новорожденности, затем идёт кризис трёх лет, поступления в начальную школу, подростковый, кризис девятнадцати лет, тридцати, тридцати семи, сорока пяти и дальше через каждые семь лет. Психический кризис – это явление перехода количественных изменений, накоплений в качественные, в каждом возрасте происходит формирование своих новообразований, уточнение ценностей, смыслов жизни, способность увидеть себя, близких людей и окружающий мир другими глазами, по-новому.

Таким образом, человек становится личностью в общении, в совместной деятельности. В каждом человеке, включающимся в конкретно-исторические общественные отношения, пробуждается *потребность быть личностью и способность стать ею*. Потребность эта обусловливается принятием социальной роли.

**Роль** – понятие, обозначающее поведение человека в определенной жизненной ситуации, соответствующей занимаемому им положению (например, роль врача, пациента, руководителя, отца, матери и т. п.).

«Социальная роль есть единица передачи социально-типического опыта, обеспечивающая адаптивное поведение личности и выражающая общую тенденцию системы «личность в группе» к сохранению. Включаясь в жизнь личности, роль индивидуализируется», – писал А. Г. Асмолов. Если эта роль не входит в систему ценностей личности, то личность и не «вкладывает» себя в деятельность. Она лишь проявляется на уровне отдельных операций (знания, умения) соответственно социальным нормативным требованиям. Если же социальная роль приобретает личностный смысл, то личность в деятельности стремится сделать как можно более эффективные «вложения» своих способностей и при этом выходит за пределы нормативных ограничений, в интересах дела проявляет неадаптивную активность при решении задач, идёт на надситуативный риск (В. А. Петровский, 1981).

Таким образом, становление личности проходит через две фазы: 1) операциональную, где ролью определяется поведение личности, 2) личностно-смысловую, когда личность персонифицирует деятельность, влияя на продуктивность дела и обусловливая тем самым «вклады» в других людей.

На первом этапе проявляется тенденция к социальной адаптации, следованию нормам и ценностям группы. Через ролевые предписания «Я» переходит в «Мы».

Второй этап характеризуется возникновением свободы выбора, когда личность становится субъектом саморазвития, определяя не только собственную судьбу, но и жизненные обстоятельства других. «Я» оказывается представленным в других. Достижения масштабной, зрелой личности транслируются в опыт других людей. Личность, перешагнувшая нормативно-ролевые грани активности, выступает в новом качестве – яркой, сильной, самобытной *индивидуальности.*

В XX столетии активизировались философские, социологические, телеологические, социально-психологические разработки проблемы личности.

Согласно гуманистической психологии, можно выделить следующие личностные *характеристики*:

1) самосознание (самопознание и самооценка), когда человек выделяет себя из окружающего мира и понимает свою личность как «Я-образ», «Я-психический облик», «Я-социальный облик», роли в общественной жизни, которые складываются в «Я-концепцию» – полное, комплексное представление о себе, не только внешнего облика, но и смысла жизни; главные функции самосознания – познание себя, усовершенствование себя, поиск смысла жизни;

2) сознание непрерывности и тождественности своего «Я»: «Я» – в прошлом, «Я» – сейчас, «Я» – в будущем; если эта связь нарушается, происходит деперсонализация, или раздвоение личности, и она перестаёт существовать;

3) индивидуальность:

а) специфическое психических процессов, например: наблюдательность, рассудительность, впечатлительность, эмоциональная возбудимость, решительность, инициативность;

б) стабильное проявление этих психических явлений в личности;

4) активность, которая порождается не базальными потребностями, не за счёт доминирующей потребности, а за счёт образования иерархии мотивов, потребностей, человек выбирает направленность своей активности;

5) саморегулирование – не только поведения, но и развития личности, постановки цели жизни, осознание смысла жизни. Саморегулирование ведёт к самоактуализации, персонализации, саморазвитию своей личности, которая постоянно обдумывает это и создает себе временные смыслы, которые ее временно удовлетворяют. Самоактуализация – стремление реализовать свой потенциал – и персонализация – стремление войти в жизнь других людей – являются врожденными потребностями человека (метапотребностью у А. Г. Маслоу).

Представление о самом себе, то есть «Я-концепцию», составляют также «Я-реальное» и «Я-идеальное». Если мы чувствуем, что нас принимают такими, какие мы есть, то мы склонны раскрывать свои подлинные эмоции, чувства, мысли. Напротив, если мы не соответствуем социально одобряемым формам поведения, то будем скрывать свои чувства и мысли, демонстрируя вместо того те, которые одобряемы окружающими.

Личность в своём развитии проходит **четыре стадии**: 1. Выживания. 2.Адаптационной ниши (обретения безопасности). 3. Активной деятельности (познания и оценки ситуации). 4. Процветания личности (неадаптивной активности). Эта стадия является самой значительной и успешной для личности, потому что в этом случае личность осуществляется как яркая индивидуальность, внося в свою деятельность максимум способностей, вкладов, перешагивая нормативные ограничения и присваивая деятельности своё лицо.

1. **Формирование личности: социальное и биологическое, бессознательное и осознаваемое в личности.** Формирование личности происходит под влиянием очень многих факторов: наличия витаминов в питании, музыкальных инструментов, обоих родителей, места проживания и т. д., прежде всего биологических, воздействующих изнутри, и социальных, воздействующих извне.

Группа факторов, воздействующих изнутри, – это весь набор врожденных потребностей, инстинктов, особенностей роста (маленький, высокий), телосложения (худой, толстый), внешнего облика (красивый или с дефектами тела), гормональный и гуморальный баланс, строение нервной системы. Все эти компоненты опосредованно скажутся на формировании личности человека. Редко, только при наличии компенсаторного окружения (умных и сильных родителей, друзей, педагогов), ребенок-инвалид может вырасти в нравственно и психологически полноценную личность. Красивый ребенок чаще других детей может быть втянут в определенную систему асоциальных отношений.

С другой стороны, извне личность также может быть подвержена влиянию всей гаммы социальных факторов: особенностей взаимоотношений в семье, школьном коллективе, системы обучения, общества в целом. Человек в лагерях и тюрьмах теряет личность под воздействием системы этих отношений. Взаимодействие факторов, влияние их на человека различно. Итог личности – в балансе между этими двумя группами факторов.

Биологическое и социальное в личности напоминает то, о чем писал *З. Фрейд*. По Фрейду, личность складывается под влиянием трех факторов (структур): 1. «Оно» («ид») – инстинкты, бессознательное. 2. «Я» («эго») –результат использования опыта и мышления для организации поведения. 3. «Сверх-Я» («супер-эго») – подсознание, выделяется из «Я», формируется обществом внутри личности и состоит из табу и ценностей, внушенных родителями и обществом.

**Ю. Б. Гиппенрейтер** характеризует следующие «стихийные механизмы формирования личности»: 1) сдвиг мотива на цель (А. Н. Леонтьев); 2) идентификация и 3) освоение социальных ролей.

Названные механизмы действуют в русле общего, генерального процесса «опредмечивания потребности в общении». «Потребность в другом», в контакте с себе подобным оказывается главной движущей силой формирования и развития личности».

**5. Психологическая теория деятельности человека**

**Деятельность** – специфически человеческая форма активно­го отношения к окружающему миру, содержание которой составляет его целесообразное изменение и преобразование в интересах людей. Деятельность человека предполагает определенное противопоставление субъекта и объекта деятельности: человек противо­полагает себе объект деятельности как материал, который должен по­лучить новую форму и свойства, превратиться из материала в предмет и продукт деятельности.

Всякая деятельность включает в себя цель, средство, результат и сам процесс деятельности, и, следовательно, неотъемлемой характери­стикой деятельности является ее осознанность. Деятельность является реальной движущей силой общественного прогресса и условием самого существования общества. Вместе с тем история культуры показывает, что деятельность как таковая не является исчерпываю­щим основанием человеческого существования. Если основанием деятельности является сознательно формулируемая цель, то осно­вание самой цели лежит вне деятельности, в сфере человеческих мотивов, идеалов и ценностей. Существуют многообразные классификации форм деятельности – разделение деятельности на духовную и материальную, производст­венную, трудовую и нетрудовую и т. д.. С точки зрения творческой роли деятельности в социальном развитии, особое значение имеет деление ее на репродуктивную (направленную на получение уже известного результата известными средствами) и продуктивную деятельность, или творчество, связанное с выработкой новых целей и соответствующих им средств или с достиже­нием известных целей с помощью новых средств.

Принцип деятельности как источника происхождения многообразных продуктов культуры и форм социальной жизни сыграл важную методологическую роль в становлении и развитии ряда социальных наук. Например, в культурно-исторической теории **Л. С. Выготского** мышление рассматривается как результат *интериоризации* практических действий и свойственной им логики. Концепция деятельности сыграла важную роль в развитии языкознания, психологии, этнографии и др.

**Деятельность** **можно определить как специфический вид активности человека, направленный на познание и творческое преобразование окружающего мира, включая самого себя и условия своего существования.** В деятельности человек создает предметы материаль­ной и духовной культуры, преобразует свои способности, сохраняет и совершенствует природу, строит общество, создает то, что без его активности не существовало в природе. Творческий характер человеческой деятельности проявляется в том, что благодаря ей он выходит за пределы своей природной ограниченности, т.е. превосходит свои же генотипически обусловленные возможности. Вследствие продуктивного, творческого характера своей деятельности человек создал знаковые системы, орудия воздействия на себя и природу. Пользуясь этими орудиями, он построил современное общество, города, машины, с их помощью произвел на свет новые предметы потребления, материальную и духовную культуру и, в конечном счете, преобразовал самого себя. Исторический прогресс, имевший место за последние несколько десятков тысяч лет, обязан своим происхождением именно деятельности, а не совершенствованию биологической природы людей.

Породив и продолжая совершенствовать предметы потребления, человек кроме способностей развивает свои *потребности.* Оказавшись связанными с предметами материальной и духовной культуры, потребности людей приобретают культурный характер.

Деятельность человека в основном порождается и поддерживается искусственными потреб­ностями, возникающими благодаря присвоению достижений культур­но-исторического развития людей настоящего и предшествующих поколений – это потребности в познании (научном и художественном), творчестве, в нравственном самосовершенствовании и другие.

Формы и способы организации человеческой деятельности связаны со сложными *двигательными умениями и навыками,* которых нет у животных, – умениями и навыками, приобретенными в результате сознательного целенаправленного организованного обучения. Уже с раннего детства ребенка специально обучают по-человечески пользоваться предметами домашнего обихода (вилка, ложка, одежда, стул, стол, мыло, зубная щетка, карандаш, бумага и т. п.), различными инструментами, которые преобразуют заданные от природы движения конечностей. Они начинают подчиняться логике предметов, с которыми человек имеет дело. Возникает *предметная деятельность,* которая отличается от естественной активности животных.

У человека сами движения рук и ног преобразуются, подчиняясь правилам культуры использования соответствующих предметов, т. е. становятся искусственными, более совершенными и социально обусловленными.

**Деятельность** **– специфически человеческая, регулируемая сознанием активность, порождаемая потребностями и направленная на познание и преобразование внешнего мира и самого человека.** Механизмами, «запускающими» деятельность, являются потребности и мотивы. Термином «деятельность» обозначают только такие процессы, которые осуществляют то или иное отношение человека к миру, отвечают особым соответствующим им потребностям.

Деятельность имеет сложное иерархическое строение и состоит из нескольких «слоев» или «уровней»: 1) уровень особенных деятельностей (или особых видов деятельности); 2) уровень действий (действие – это процесс, направленный на реализацию цели); 3) уровень операций (операцией называется способ выполнения действия); 4) уровень психофизиологических функций (под психофизиологическими функциями в теории деятельности понимается физиологическое обеспечение психических процессов: способности к ощущению, моторная способность, способность к образованию и фиксации следов прошлых воздействий, т.е. говорят о сенсорной, моторной, мнемической функциях).

**Главные признаки деятельности**

1. Деятельность человека носит продуктивный, творческий, созидательный характер.

2. Деятельность человека связана с предметами материальной и духовной культуры, которые используются им или в качестве инструментов, или в качестве предметов удовлетворения потреб­ностей, или в качестве средств собственного развития.

3. Деятельность человека преобразует его самого, его способ­ности, потребности, условия жизни.

4. Человеческая деятельность в ее разнообразных формах и сред­ствах реализации есть продукт истории.

5. Предметная деятельность людей с рождения им не дана.Она «задана» в культурном предназначении и способе использования окружающих предметов. Такую деятельность необходимо форми­ровать и развивать в обучении и воспитании. То же относится к внутренним, нейрофизиологическим и психологическим структурам, управляющим внешней стороной практической деятельности.

Деятельность отличается не только от активности, но и от поведения. *Поведение* не всегда целенаправленно, не предполагает создания определенного продукта, носит зачастую пассивный характер. Деятельность всегда целенаправленна, активна, нацелена на создание некоторого продукта. Поведение спонтанно («куда поведет»), деятельность организована; поведение хаотично, деятельность систематична.

Деятельность человека имеет следующие основные характеристики: мотив, цель, предмет, структуру и средства.

В качестве *цели деятельности* выступает ее продукт. Цель деятельности не равнозначна ее мотиву, хотя иногда мотив и цель деятельности могут совпадать друг с другом. Различные виды деятельности, имеющие одну и ту же цель (конечный результат), могут побуждаться и поддерживаться различными мотивами. *Предметом деятельности* называется то, с чем она непосредственно имеет дело. Так, например, предметом познавательной деятельности является всякого рода информация, предметом учебной деятельности – знания, умения и навыки, предметом трудовой деятельности – создаваемый материальный продукт.

Всякая деятельность имеет определенную *структуру.* В ней обычно выделяют действия и операции как основные составляющие деятельности. *Действием* называют часть деятельности, имеющую не вполне самостоятельную, осознанную человеком цель. Например,действием, включенным в структуру познавательной деятельности, можно назвать получение книги, ее чтение. *Операцией* именуют способ осуществления действия. В качестве *средств осуществления деятельности* для человека выступают те инструменты, которыми он пользуется, выполняя те или иные действия и операции. Всякая человеческая деятельность имеет внешние и внутренние компоненты. К *внутренним* относятся анатомо-физиологические структуры и процессы, участвующие в управлении деятельностью со стороны центральной нервной системы, а также психологические процессы и состояния, включенные в регуляцию деятельности. К *внешним компонентам* можно отнести разнообразные движения, связанные с практическим выполнением деятельности.

 **Виды и развитие человеческой деятельности.** У современного человека имеется множество различных видов деятельности, число которых примерно соответствует количеству имеющихся потребностей (с учетом полимотивированности деятельности). Для того чтобы представить и описать все эти виды деятельности, необходимо перечислить наиболее важные для человека потребности. *Параметры деятельности человека: сила, количество и качество потребностей.*

Под силой потребности имеется в виду значение соответствующей потребности для человека, ее актуальность, частота возникновения и побудительный потенциал.

 *Количество* – это число разнообразных потребностей, имеющихся у человека и время от времени становящихся для него актуальными. Под *своеобразием* потребности имеются в виду предметы и o6ъекты, с помощью которых та или иная потребность может быть достаточно полно удовлетворена у данного человека, а также предпочитаемый способ удовлетворения этой и других потребностей.

*Общение* – первый виддеятельности, возникающий в процессе индивидуального развития человека, за ним следуют игра, учение и труд. Все эти виды деятельности носят развивающий характер, т. е. при включении и активном участии в них ребенка происходит его интеллектуальное и личностное развитие.

Общение рассматривается как вид деятельности, направленной на обмен информацией между общающимися людьми. Общение может быть непосредственным и опосредствованным, вербальным и невербальным (книги, газеты, радио, телевидение, телефон, телефакс и т. п.).

*Игра* – это такой вид деятельности, результатом которого не становится производство какого-либо материального или идеального продукта (за исключением деловых и конструкторских игр взрослых людей и детей). Существует несколько типов игр: индивидуальные и групповые, предметные и сюжетные, ролевые и игры с правилами. *Индивидуальные игры* представляют собой род деятельности, когда игрой занят один человек, *групповые —* включают несколько индивидов. *Предметные* *игры* связаны с включением в игровую деятельность чело­века каких-либо предметов. *Сюжетные игры* разворачиваются по определенному сценарию, воспроизводя его в основных деталях. *Ролевые игры* допускают поведение человека, ограниченное определенной ролью, которую в игре он берет на себя. Наконец, *игры с правилами* регулируются определенной системой правил поведения их участников. Нередко в жизни встречаются смешанные типы игр: предметно-ролевые, сюжетно-ролевые, сюжетные игры с правилами и т. п. Для детей игра является способом освоения общественных отношений, социальных ролей, овладения культурно-историческим опытом.

*Учение* выступает как вид деятельности, целью которого является приобретение человеком знаний, умений и навыков. У взрослых людей учение может приобретать характер самообразования. Особенности учебной деятельности состоят в том, что она прямо служит средством психологического развития индивида.

Особое место в системе человеческой деятельности занимает *труд.* Именно благодаря труду человек построил современное общество, создал предметы материальной и духовной культуры, преобразовал условия своей жизни таким образом, что открыл для себя перспективы дальнейшего, практически неограниченного развития. С трудом, прежде всего, связано создание и совершенствование орудий труда.

Процесс интеграции растущего индивида в действующую систему деятельностей называется *социализацией,* и ее поэтапное осуществление предполагает постепенное вовлечение ребенка в общение, игру, учение и труд. При этом каждый из названных видов деятельности сначала усваивается в самом элементарном виде, а затем усложняется и совершенствуется. Общение взрослого с окружающими людьми так же мало похоже на общение младенца или младшего школьника, как трудовая деятельность взрослых людей на детскую игру.

 В процессе развития деятельности происходят ее внутренние преобразования. Во-первых, деятельность обогащается новым предметным содержанием. Ее объектом и соответственно средством удовлетворения связанных с ней потребностей становятся новые предметы материальной и духовной культуры. Во-вторых, у деятельности появляются новые средства реализации, которые ускоряют ее течение и совершенствуют результаты. В-третьих, в процессе развития деятельности происходит автоматизация отдельных операций и других компонентов деятельности, они превращаются в умения и навыки. В-четвертых, в результате развития деятельности из нее могут выделяться, обособляться и дальше самостоятельно развиваться новые виды деятельности. Этот механизм развития деятельности описан А. Н. Леонтьевым и получил название сдвига мотива на цель.

Конспект лекций рассмотрен и обсужден на заседании кафедры «Прикладная психология», протокол № 7 от «22» марта 2022 г.