

НОВОСИБИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

Инженерный институт

ПСИХОЛОГИЯ

Краткий курс лекций

Новосибирск 2022



Кафедра технологий, педагогики и психологии

Кафедра технологий обучения, педагогики и психологии

УДК 372.016:15
ББК 88.0р30

Составитель: докт. псих. наук, профессор **Н.А. Корниенко**

Рецензент: канд. пед. наук, доц. **Н.Г. Черненко**

Психология: краткий курс лекций / Новосиб. гос. аграр. ун-т. Инженер. ин-т; сост. Н.А. Корниенко. – Новосибирск, 2022. – 83 с.

Курс лекций предназначен для студентов, обучающихся по направлению 35.03.06 Агроинженерия, а также других направлений подготовки, изучающим дисциплины «Психология», «Социальная психология».

Утвержден и рекомендован к изданию методическим советом Инженерного института (протокол № 3 от 25 октября 2022 г.).

Составитель **Корниенко Нина Алексеевна**

ПСИХОЛОГИЯ

Краткий курс лекций

Печатается в авторской редакции
Компьютерная верстка В.Я. Вульфферт

Подписано к печати 25 октября 2022 г. Формат 60×84^{1/16}
Объем 6,4 уч.-изд. л. Изд. №35. Заказ №
Тираж 100 экз.

© Новосибирский государственный
аграрный университет, 2022
© Инженерный институт, 2022

Отпечатано в мини-типографии Инженерного института НГАУ
630039, г. Новосибирск, ул. Никитина, 147, ауд. 209

ВВЕДЕНИЕ.....	3
1. ПРЕДМЕТ И ЗАДАЧИ ПСИХОЛОГИИ.....	4
1.1. Основные разделы психологии.....	5
1.2. Методы психологического исследования.....	9
1.3. История возникновения психологической науки.....	15
2. ОСНОВЫ ФУНКЦИИ ПСИХИКИ. ОСОБЕННОСТИ ПСИХИЧЕСКОГО ОТРАЖЕНИЯ.....	16
2.1. Основные этапы развития психики.....	17
2.2. Структура психики человека.....	18
2.3. Психика и особенности строения мозга.....	19
3. ПСИХОЛОГИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ ПРОЦЕССОВ.....	19
3.1. Понятие об ощущении и его физиологической основе.....	23
3.2. Понятие о восприятии.....	27
3.3. Понятие о мышлении и классификация явлений мышления.....	37
3.4. Общая характеристика воображения.....	39
3.5. Общая характеристика внимания. Функции и виды внимания.....	42
3.6. Общие понятия о памяти, физиологические основы памяти.....	46
4. ПОНЯТИЕ ОБ ЭМОЦИЯХ.....	47
4.1. Эмоциональные качества личности.....	48
4.2. Физиологические основы эмоций и чувств.....	49
4.3. Свойства и виды эмоций.....	50
4.4. Конфликтные эмоциональные состояния (стресс, аффект, фрустрация).....	51
4.5. Высшие эмоции – чувства.....	52
5. ВОЛЯ. ВОЛЕВЫЕ КАЧЕСТВА ЛИЧНОСТИ.....	54
6. ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ.....	54
6.1. Понятие и классификация психических состояний.....	58
6.2. Невротические состояния – неврозы.....	59
6.3. Психопатия.....	61
6.4. Специфические состояния психики человека.....	62
7. ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ.....	62
7.1. Понятие и структура личности.....	64
7.2. Понятие направленности личности. Потребности и мотивация личности.....	67
7.3. Деятельность и способности.....	69
7.4. Понятие о темпераменте и его физиологических основах.....	74
7.5. Характер и его формирование.....	78
8. ПСИХОЛОГИЯ ОБЩЕНИЯ.....	78
8.1. Общение, содержание и средства общения.....	79
8.2. Классификация групп.....	79
8.3. Лидерство, типы лидеров.....	80
8.4. Стили руководства.....	81
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК.....	81

Психология принадлежит к тому обширнейшему курсу наук, которые занимают жизненными процессами, которые ее изучают жизнь, ее формы на разных ступенях ее развития, в разных ее характеристиках. Поэтому в настоящее время наблюдается рост интереса и внимания к различным аспектам психологии. Это обусловлено рядом объективных и субъективных факторов.

Во-первых, кардинально меняющиеся социальные параметры общества оказывают непосредственное влияние на все его институты, различные объединения людей, непосредственно на конкретного человека.

Во-вторых, реформирование всего уклада функционирования общества, рост личного самосознания граждан сопровождается целым рядом противоречивых явлений.

В-третьих, за последние годы психологическая наука и практика обогатилась новым содержанием и достижениями.

Таким образом, объективная потребность общества в овладении его членами современных психологических знаний и передовой практики, своим самосовершенствованием совпадает с реальными возможностями переломной научной мысли по ее удолетворению. Поэтому настойчивая работа студентов над изучением учебной дисциплины «Общая психология» является необходимым условием не только для традиционной подготовки себя как специалиста, но и для собственного гармоничного развития, эффективного выполнения гуманных функций в обществе, коллективе, семье.

Все это требует совершенствования социально-психологической работы на всех этапах жизненного пути каждого человека. Особенно тщательно она должна быть организована в университете, так как после его окончания каждый студент обязан хорошо профессионально подготовлено вступить во все жизнедеятельные связи и свое отношения к профессиональной деятельности.

1. ПРЕДМЕТ И ЗАДАЧИ ПСИХОЛОГИИ

В постоянном развитии науки то одна, то другая ее отрасль выступает в качестве фаворита. Так было с механикой, биологией, кибернетикой и социологией. В последнее десятилетие фаворитом стала психология. В обращении к ней заинтересованы педагоги, врачи, менеджеры, инженеры, юристы, политики.

Психология обладает особыми качествами по сравнению с другими научными дисциплинами. Как системой знаний ею владеют немногие. Однако с областью явлений, изучаемых этой наукой, сталкиваются все: она представлена в виде наших собственных ощущений, образов, представлений, явлений памяти, мышления, речи, воли, воображения, интересов, потребностей, эмоций, сновидений. Психология (*psyche* – душа, *logos* – учение, наука) как раз и изучает этот мир субъективных (душевных) явлений, процессов и состояний, осознаваемых или неосознаваемых самим человеком.

Психология изучает преимущественно ориентировочную функцию душевных (психических) явлений, т. е. участие их в анализе проблемной (новой для субъекта, необычной) ситуации, построении внутреннего (мысленного) плана последующего действия, контроля за его ходом.

Всем важно понять, что хотя бы, что могут окружающие нас люди, как ориентироваться в особенностях личности, мотивах поведения, памяти и мышления, характера и темперамента. Не имея таких ориентиров в сложных процессах межличностного взаимодействия и общения, приходится нередко идти вслепую, делая ошибки, совершая иной раз бестактность, приобретаая врагов там, где могли бы быть друзья. Не менее важно понять и свои возможности, достоинства и недостатки, одним словом, уметь психологически достоверно охарактеризовать самого себя как личность. Этим задачам как раз и отвечает система знаний, именуемая психологией. Она полезна просто человеку, так сказать, для личных целей, чтобы понимать состояние своей собственной души, а при необходимости сознательно вносить в него изменения (аутотренинг, нейролингвистическое программирование, медитация); она необходима родителям и педагогам, чтобы знать, что происходит в душах детей, оказывать им первую психологическую помощь, корректировать их психическое развитие; она просто необходима для делового человека, чтобы принимать ответственные решения с учетом психологического состояния партнеров, умело воздействовать на их симпатии и антипатии, убеждения и вкусы; без нее также не обойтись инженеру, решающему задачи надежности действий операторов.

Задачи психологии в основном сводятся к следующим:

- научиться понимать сущность психических явлений и их закономерности;
- научиться управлять ими;
- использовать полученные знания с целью повышения эффективности тех отраслей практики, на пересечении с которыми лежат уже оформившиеся науки и отрасли;
- быть теоретической основой практики психологической службы.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Глуханюк Н.С. Общая психология: учеб. пособие / Н.С. Глуханюк, А.А. Печеркина, С.Л. Семенова. – 1-е изд. – М.: Академия, 2009. – 288 с.
2. Гуревич П. С. Психология : учебник / П.С. Гуревич. — 2-е изд. — М.: ИНФРА-М, 2019. — 332 с. (ЭБС «Инфра-М»).
3. Гуревич, П. С. Психология личности : учебник / П.С. Гуревич. — 2-е изд. — Москва : ИНФРА-М, 2020. — 479 с. (ЭБС «Инфра-М»).
4. Караванова Л. Ж. Психология / Караванова Л.Ж. - Москва : Дашков и К, 2017. - 264 с. (ЭБС «Инфра-М»).
5. Кравченко А. И. Психология и педагогика : учеб. пособие / А. И. Кравченко. - Москва : ИЦ РИОР; НИЦ ИНФРА-М, 2020. - 112 с. (ЭБС «Инфра-М»).
6. Крысько В.Г. Психология и педагогика. Курс лекций: учеб. пособие для студентов вузов. – 3-е изд. – М.: Омега-Л, 2005. – 372 с.
7. Мальцева Т. В. Психология : учебное пособие / Т.В. Мальцева. — Москва : РИОР : ИНФРА-М, 2020. (ЭБС «Инфра-М»).
8. Марцинковская Т.Д. Общая психология: учеб. пособие. – 1-е изд. – М.: Академия, 2010. – 384 с.
9. Общая психология и психология личности: учеб. для вузов / А.А. Баранов, Ж.К. Дандарова, А.А. Реан и др.; под ред. А.А. Реана. – М.: АСТ, 2009. – 639 с.
10. Островский, Э.В. Основы психологии : учеб. пособие / Э.В. Островский. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Вузовский учебник ; ИНФРА-М, 2018. - 272 с. (ЭБС «Инфра-М»).
11. Реан А.А. Психология и педагогика: учеб. пособие для вузов / А.А. Реан, Н.В. Бордовская, С.И. Разум. – СПб: Питер, 2005. – 432 с.
12. Столяренко А.М. Психология и педагогика: учеб. пособие для вузов – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2004. – 423 с.
13. Штейнмец А.Э. Общая психология: учеб. пособие. – 2-е изд., перераб. – М.: Академия, 2010. – 288 с.

Лидер – это человек, который обладает особыми чертами личности, знаниями, способностями. Он, как правило, занимает ведущую позицию в системе отношений, за лидером другие члены группы добровольно признают право брать на себя ответственность за решения, затрагивающие общие интересы.

Типы лидеров.

Интеллектуальный – обычно это тот человек, который имеет более глубокие знания, «свежую» интересную информацию.

Эмоциональный – член группы, обладающий способностью понимания и сопереживания к другим, умеющий выслушать, дать полезный совет, поощрять, поднимать настроение в коллективе, сгладить конфликтные ситуации в отношениях.

Практический – выделяется в ситуациях, когда необходимы организаторы, обладает житейским опытом, профессиональными знаниями, умениями, гибкостью ума, практичностью.

8.4. Стили руководства

Эффективность групповых отношений и достижений во многом зависит от стиля руководства группой.

Авторитарный стиль – руководитель группы единолично и полностью определяет направление работы, ставит цели и задачи, распределяет обязанности и указывает приемы действий. Поощряет и наказывает также единичной властью. Нередко в такой ситуации складывается неблагоприятный психологический климат, бытуют заискивание, покорность, «козлы отпущения», доносительство. Эффективность труда может быть недостаточной. Такой стиль руководства иногда может быть оправдан, если членами группы являются люди асоциального уровня, требующие жесткого контроля.

Демократический стиль – руководитель считает себя членом вверенного ему коллектива, совместно с членами группы планирует цели и способы деятельности, распределяет нагрузки, сам работает вместе с другими. Оценивает других объективно, справедливо. При таком стиле руководства в коллективе устанавливается хороший психологический климат (взаимопомощие), труд высокоэффективен, гордость общими успехами, готовность разделить общие трудности, взаимовыручка.

Либеральный (попустительский) стиль – руководитель самоустранился из коллектива. В споры и конфликты не вникает, работу не распределяет, не оценивает, на ход событий не влияет. В группе полная свобода действий, не все и не всегда знают о целях и задачах деятельности, общих итогах. Провозглашают безалаберность, стихийность действий. Эффективность труда низкая, не приносящая материального и эмоционального удовлетворения, коллектив разделен на группировки, психологический климат неустойчивый. Руководитель заявляет о себе в случаях крайней необходимости, ЧП, приезда комиссий.

1.1. Основные разделы психологии

Психология решает широкий спектр задач. Необходимы ее взаимодействия с другими науками, участвующими в решении комплексных проблем. Также нужно выделение внутри самой психологической науки специальных отраслей, занятых решением психологических задач в той или иной сфере общества. В настоящее время психология представляет собой весьма разветвленную систему наук. В ней выделяют различные подотрасли, которые являются относительно самостоятельными направлениями научных исследований. Они делятся на фундаментальные и специальные.

Фундаментальные, или базовые отрасли имеют общее значение для понимания психологии и поведения людей независимо от того, какой конкретной деятельностью они занимаются. В силу универсальной значимости их объединяют в термин «общая психология».

Также выделяются специальные, или прикладные, отрасли науки для исследования поведения и психологии людей с конкретной практической или теоретической деятельностью.

Общая психология включает себя психологию познавательных процессов и состояний, психологию личности, психологию индивидуальных различий, возрастную психологию, социальную психологию, зоопсихологию, психофизиологию.

Зоопсихология изучает особенности психики животных.

Возрастная психология изучает развитие сознания, психических процессов, деятельности, всей личности растущего человека.

Социальная психология изучает социально-психологические проявления личности человека, его взаимоотношения с людьми, с группой, психологическую совместимость людей и т.п.

При непосредственном участии таких психических явлений, как ощущения и восприятия, внимание и воображение, память и мышление человек познает себя и окружающий мир – психология познавательных процессов.

Раздел науки о душевных явлениях называют психологией личности. Этот раздел включает в себя знания о психологических свойствах и состояниях личности (склонности и способности, характер, потребности и мотивы, воля, чувства, эмоции и др.)

Психологические аспекты межличностных отношений, включенность в них душевных состояний и процессов изучает психология общения.

Специальные отрасли психологических исследований:

Генетическая психология изучает наследственные механизмы психики и поведения.

Дифференциальная психология рассматривает психологические различия, как между индивидами, так и между группами людей.

Педагогическая психология исследует психологические аспекты обучения и воспитания.

Инженерная психология изучает закономерности процессов взаимодействия человека и современной техникой с целью использования их в

практике проектирования, создания и эксплуатации автоматизированных систем управления, новых видов техники.

Авиационная, космическая психология анализирует психологические особенности деятельности летчика, космонавта.

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

Патопсихология изучает отклонения в развитии психики, распад психики при различных формах мозговой патологии.

Юридическая психология изучает психологические особенности поведения участников уголовного процесса, психологические проблемы поведения и формирования личности преступника.

Военная психология изучает поведение человека в условиях боевых действий.

1.2. Методы психологического исследования

Для получения фактов, их обработки и объяснения используют совокупность методов исследования.

Можно выделить четыре группы методов: организационные методы; эмпирические способы добытия научных данных; приемы обработки данных; интерпретационные методы.

Организационные методы

Сравнительный метод (метод «поперечного среза») сопоставление различных групп людей по возрасту, образованию, деятельности и общению.

Лонгитудный метод (метод «продольного среза») многократные наблюдения одних и тех же лиц на протяжении длительного времени.

Комплексный метод – в исследовании участвуют представители различных наук. Это позволяет устанавливать связи и зависимости между явлениями разного рода, например, физиологическим, психическим и социальным развитием личности.

Эмпирические методы

Обсервационные методы. Наблюдение (внешнее) – метод, состоящий в преднамеренном, систематическом, целенаправленном и фиксируемом восприятии внешних проявлений психики. Наблюдение – древнейший метод познания. Его примитивной формой – житейскими наблюдениями – пользуется каждый человек в своей жизни.

Виды наблюдения: срез (кратковременное наблюдение), лонгитудинальное (длинное, иногда в течение ряда лет), выборочное и сплошное и особый вид – включенное наблюдение (когда наблюдатель становится членом исследуемой группы).

Общая процедура наблюдения складывается из процессов: 1) определение задачи и цели (для чего, с какой целью?); 2) выбор объекта, предмета

человека оно приобретает самые совершенные формы, становясь осознанным и опосредованным речью.

Общение имеет содержание, цель и средства.

Содержание – это информация, представляющая знания о мире, опыт, знания, умения.

Цель общения – это то, ради чего у человека возникает данный вид активности. В цели общения включаются и передача информации, и воспитание, и обучение, а также согласование действий и установление взаимоотношений.

Средства общения – телесные контакты, касания, жесты, работа органов чувств (слух, зрение и т.д.), речь, знаковые системы (схемы, тексты, рисунки), технические средства передачи и хранения информации.

Прямое общение предполагает личные контакты, непосредственную реакцию на действия друг друга.

Косвенное общение осуществляется через посредников, которыми могут являться другие люди.

Деловое общение включает какую-либо совместную деятельность.

Личностные сосредоточены на проблемах внутреннего характера, затрагивающих интимную сторону жизни.

Коммуникативные способности – это умения и навыки общения с людьми, от которых зависит его успешность.

8.2. Классификация групп

Человеческое общение осуществляется в разнообразных более ли менее устойчивых соединениях, называемых *группами*. Среди таких групп можно выделить большие и малые. *Большие* – представлены государствами, нациями, партиями и т.д. Непосредственным окружением человека является *малая* группа. Она представляет собой небольшое объединение людей (от 2-3 до 20-30 человек), занятых общим делом и находящиеся в прямых отношениях друг с другом. В такой группе человек проводит большую часть своей жизни (семья, класс, трудовой коллектив, объединение близких людей и т.д.).

Классификация малых групп.

Условные группы – состоят из случайно объединенных людей (статистические, исследовательские цели), не имеющих постоянных контактов друг с другом.

Референтные группы – условные или реальные группы, членом которых человек хотел бы стать, разделяя мировоззрения, идеалы, стиль жизни и т.д.

Коллективы – высокоразвитые группы, члены которых имеют высокую нравственность, хорошие человеческие отношения, взаимное уважение, общие значимые цели, эффективность деятельности, лидеров.

8.3. Лидерство, типы лидеров

Лидерство – влияние одного или нескольких членов группы на решение деловых или общественных проблем, доминирование во взаимоотношениях.

ству, авантюрам, не реагирует на замечания, игнорирует наказания, терять грань дозволенного, трудно переносит вынужденное одиночество;

2) дистимичный – постоянно пониженное настроение, грусть, замкнутость, пессимистичность, тяготеет к шумным обществам. В конфликты вступает редко, чаще является в них пассивной стороной;

3) циклоидный – общительность циклически меняется (высокая в период повышенного настроения и низкая в период подавленности);

4) эмотивный (эмоциональный) – чрезмерная чувствительность, ранним, глубоко переживает малейшие неприятности, излишне чувствителен к замечаниям, неудачам, часто печальное настроение;

5) демонстративный – выражено стремление быть в центре внимания и добиваться своих целей любой ценой: слезы, обморок, скандалы, болельники, необычное увлечение, ложь. Легко забывает о своих неблагоприятных поступках;

6) возбудимый – повышенная раздражительность, несдержанность, агрессивность, утрюмость, «занудливость», но возможны лживость, услужливость (как маскировка). Склонность к хамству или молчаливости, за медленности в беседе. Активно и часто конфликтует;

7) застревающий – «застревает» на своих чувствах, мыслях, не может забыть обид, «сводит счеты», несговорчивость, склонность к затяжным склокам, в конфликтах чаще бывающая активной стороной;

8) педантичный – выраженная занудливость в виде «переживания» подробностей, на службе способен замучить формальными требованиями, изнуряет домашних чрезмерной аккуратностью;

9) тревожный (психастенический) – пониженный фон настроения, опасения за себя, близких, робость, неуверенность в себе, крайняя нерешительность, долго переживает неудачу;

10) экзальтированный (лабильный) – очень изменчивое настроение, эмоции ярко выражены, повышенная отвлекаемость на внешние события, словоохотливость, влюбчивость;

11) интровертированный (шизоидный, аутистический) – малая общительность, замкнут, погружен в себя, о себе ничего не рассказывает, свои переживания не раскрывает, хотя свойственна повышенная ранимость. Сдержанно холодно относится к людям, даже к близким;

12) экстравертированный (конформный) – высокая общительность, словоохотливость до болтливости, своего мнения не имеет, очень не самостоятелен, стремится быть как все, неорганизован, предпочитает подчиняться.

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

8. ПСИХОЛОГИЯ ОБЩЕНИЯ

8.1. Общение, содержание и средства общения

Общение свойственно всем высшим живым существам, но на уровне

и ситуации (что наблюдать?) выбор способа наблюдения, наименее влияющего на исследуемый объект и наиболее обеспечивающего сбор необходимой информации (как наблюдать?); 4) выбор способов регистрации наблюдаемого (как вести записи?); 5) обработка и интерпретация полученной информации (каков результат?).

Самонаблюдение (интроспекция) – наблюдение человека за собственными психическими явлениями. Два вида: непосредственное либо отсроченное (в воспоминаниях, дневниках человек анализирует, что он думал).

Экспериментальные методы. Эксперимент (главный метод) отличается от наблюдения активной м вмешательством в ситуацию со стороны исследователя, осуществляющего планомерное манипулирование некоторыми факторами и регистрацию соответствующих изменений в состоянии и поведении изучаемого.

Лабораторный эксперимент осуществляется в искусственных условиях как правило с применением специальной аппаратуры, со строгим контролем всех влияющих факторов. Испытуемый знает, что проводится эксперимент, хотя до конца истинного смысла эксперимента может не знать. Эксперимент многократно проводится с большим количеством испытуемых, что позволяет устанавливать общие достоверные математико-статистические закономерности развития психических явлений.

Естественный эксперимент – психологический эксперимент, включенный в деятельность или общение незаметно для испытуемого.

Формирующий (обучающий) эксперимент – метод исследования и формирования психического процесса, состояния или качества личности.

Психодиагностические методы

Тест – кратковременное, одинаковое для всех испытуемых задание, по результатам которого определяются наличие и уровень развития определенных психических качеств человека.

Тесты достижений – одна из методик психодиагностики, позволяющая выявить степень владения испытуемым конкретными знаниями, умениями, навыками.

Тесты интеллекта – методика психодиагностики для выявления умственного потенциала индивида.

Тесты креативности – совокупность методик изучения и оценки творческих способностей.

Тесты личностные – методика психодиагностики для измерения различных сторон личности индивида.

Тесты проективные (проективные) – совокупность методик для целостного изучения личности, основанного на психологической интерпретации, т.е. осознанном или неосознанном перенесении субъектом собственных свойств на внешние объекты.

Беседа – метод, предусматривающий прямое или косвенное получение психологической информации путем речевого общения. Вид бесед: сбор

анамнеза, интервью, вопросы и психологические анкеты.

Анамнез (лат. по памяти) – сведения о прошлом изучаемого, получаемые от него самого или при объективном анамнезе – от хорошо знающих его лиц.

Интервью – метод социальной психологии, заключающийся в сборе информации, полученной в виде ответов на поставленные, как правило, заранее сформулированные, вопросы. В этом случае, когда вопросы и ответы представляются в письменной форме, имеет место анкетирование.

Анкета – методическое средство для получения первичной социально-психологической информации на основе вербальной (словесной) коммуникации, представляющее опросный лист для получения ответов на заранее составленную систему вопросов.

Требования к беседе как методу. Нельзя превращать беседу в опрос (непринужденность). Наибольший результат приносит беседа в случае установления личного контакта исследователя с обследуемым человеком. Важно при этом тщательно продумать беседу, представить ее в форме конкретного плана, задач, проблем, подлежащих выяснению. Метод беседы предполагает наряду с ответами и постановку вопросов обследуемым. Такая двусторонняя беседа дает больше информации по исследуемой проблеме, чем только ответы испытуемых на поставленные вопросы.

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

Эффективное применение эмпирического метода зависит от того, насколько он валиден (соответствует тому, для получения и оценки чего он изначально предназначался) и надежен (позволяет получать одни и те же результаты при многократном использовании).

Приемы обработки данных

Количественный (математико-статистический) и качественный анализ, в том числе дифференциация материала по типам, группам, вариантам и составление психологической казуистики, т.е. описание случаев, как наиболее полно выражающих типы и варианты, так и являющихся исключениями и нарушениями общих правил.

Интерпретационные методы

Различные варианты генетического (анализ материала в плане развития с выделением отдельных фаз, стадий, критических моментов) и структурного (установление структурных связей между всеми характеристиками психики) методов.

нему влиянию. Однако наивен, доверителен и беспомощен в личных вопросах («рассеянный профессор»).

Интровертный чувствующий тип отдает себя полностью субъективно ориентированному чувству, не прислушиваясь к фактам, логике событий. Люди данного типа не блистают и не стремятся обнаруживать самих себя. Их чувства глубоки и нередко иррациональны. Они склонны избегать вечеринок и собраний, они молчаливы и труднодоступны.

Интровертный ощущающий тип руководствуется тем, что есть, что видно и слышимо, что происходит не логическими построениями. Внутренние реакции на внешние впечатления глубоки, но внешняя реакция возникает с задержкой. Про людей этого типа говорят, что они, услышав утреннюю шутку, начинают смеяться в полночь. Настроенные на то, чтобы здесь и теперь, на то, что есть, индивиды этого типа испытывают огромные трудности, пытаясь вообразить, что могло бы быть.

Интровертный интуитивный тип обладает интуитивной способностью проникать в будущее, но его интуиция направлена не на объективную реальность, а на субъективный психический мир. Они мало озабочены телесным существованием и зачастую погружены в бесплодные телесные фантазии.

Многообразие человеческой личности не помещается даже в эту странную типологию. Каждый человек предрасположен к какому-либо типу или одновременно нескольким совместным друг с другом типам. При помощи типологии характеров можно «подобрать ключ» к другим людям полнее использовать свои собственные сильные стороны.

Акцентуации характера по К. Леонгарду

Известный немецкий психиатр считает, что у 20-50% людей некоторые черты характера столь заострены (акцентуированы), что это при определенных обстоятельствах приводит к однотипным конфликтам и нервным срывам.

Акцентуация характера – преувеличенное развитие отдельных свойств характера в ущерб другим. Выраженность акцентуации может быть различной – от легкой, заметной лишь ближайшему окружению, до крайних вариантов, когда приходится задумываться, нет ли болезни-психопатии.

Акцентуации характера проявляются не постоянно, с годами могут существенно сгладиться, приблизиться к норме. Но в неблагоприятных условиях – развиться и преобразоваться в «краевые» психопатии. В отличие от психопатий акцентуации характера не вызывают общую социальную дезадаптацию личности. Леонгард выделяет 12 типов акцентуации, каждый из них предопределяет избирательную устойчивость человека к одним жизненным невзгодам при повышенной чувствительности к другим, к однотипным конфликтам.

Приведем краткую характеристику особенностей поведения в зависимости от типов акцентуации:

1) гипертимический (гиперактивный) – чрезмерно приподнятое настроение, всегда весел, очень энергичен, самостоятелен, стремится к лидер-

нее в детских играх, в доступных видах домашнего труда. При этом необходима стимуляция взрослых. Черты характера, проявляющиеся в отношениях с людьми, в общении, оформляются в начальных классах школы. Волевые черты характера развиваются и закрепляются в подростковом возрасте, а базовые (нравственные и мировоззренческие) основы характера – в ранней юности. К окончанию школы характер фактически сформирован.

Типология характера

Характер человека формируется довольно рано и достаточно устойчив в течение жизни. Входящие в характер сочетания черт не являются, случайно ми. Они в совокупности представляют системы, четко различимые по типам. Наиболее известны следующие типологии характера:

1. Конституционные теории, связывающие особенности характера с внешним видом человека, с его конституцией (Ростан, Ломброзо, Сиго, Кречмер, Шелдон).
2. Акцентуальные теории, связывающие особенности характера его акцентуацией (Леонгард, Личко).
3. Социальная типология характер, в ее основе отношение человека к жизни, обществу (Фромм).

Последнее время приобретает все большую популярность типология, предложенная знаменитым швейцарским психологом К.Юнгом в его работе «Психологические типы». Он выделяет существенное и сходное в характерах отдельных людей, что определяет общий стиль их жизнедеятельности.

У экстравертов мыслительного типа совокупность их жизненных проявлений находится в зависимости от их интеллектуальных выводов, но лобное суждение строится на критерии, полученном из внешних условий (традиции и образование).

У экстравертов чувствующего типа их чувства согласуются с общепринятыми оценками и переживаниями, находятся под сильным воздействием традиционных ценностей. Например, экстриверт этого типа будет воспринимать нечто как «прекрасное» или «хорошее» не из-за субъективной, личной оценки, а потому, что другие тоже считают.

Экстравертивного ощущающего типа притягивают те объекты (люди, ситуации), которые возбуждают сильные ощущения. Результатом оказывается мощная сенсорная связь с внешним миром. Этот тип ориентирован на конкретное наслаждение «реальной жизнью», жизнью «на полную катушку».

Для экстраверта интуитивного типа характерна способность воспринимать во внешнем мире то, что происходит «за сценой» событий, угадывать то, что скрыто «за личиной» человека, видеть скрытые новые возможности. Но у него отмечается недостаток способности к суждению, и он редко реализует возможности сам. Зачастую он начинает дело с нуля и оставляет его на пороге успеха; следовательно, другие пожидают урожай, посеянный им.

Интровертный мыслительный тип склонен быть теоретиком, но его мышление мало зависит от общепринятых традиций и идей, он следует своими идеалами критериям. В поиске своих идей упрям, неподатлив внеш-

1.3. История возникновения психологической науки

Психология (psyche – душа, logos – учение, наука) изучает мир субъективных (душевных) явлений, процессов и состояний, осознаваемых или неосознаваемых самим человеком.

Предмет и задач и психологии в разные времена и разными учеными мыслились по-разному.

С древнейших времен потребности общественной жизни заставляли человека различать и учитывать особенности психического склада людей. В философских учениях древности уже затрагивались некоторые психологические аспекты.

Первые представления о психике были связаны с анимизмом (лат. анима – дух, душа) – древнейшими взглядами, согласно которому всего, что существует на свете, есть душа. Душа понималась как независимая от тела сущность, управляющая всеми живыми и неживыми предметами.

Согласно древнегреческому философу Платону (427-347 гг. до н.э.), душа у человека существует, прежде чем она вступает соединение с телом. Она есть образ, и истечение мировой души. Душевные явления подразделяются Платоном на разум, мужество (в современном понимании – воля и вождления (мотивация)). Разум размещается в голове, мужество в груди, вождление в брюшной полости. Гармоническое единство разумного начала, благородных стремлений и вождления придает целостность душевной жизни человека. Платон дает такой перечень чувств: гнев, страх, желание, печаль, любовь, ревность, зависть.

Великий философ Аристотель в трактате «О душе» выделил психологию как своеобразную область знания и впервые выдвинул идею неразделимости души и живого тела. Душа, психика проявляется в различных способностях деятельности: питающей, чувствующей, движущей, разумной; высшие способности возникают из низших и на их основе. Познавательная первичная способность человека – ощущение, оно принимает формы чувственно воспринимаемых предметов без их материи, подобно тому как «воск принимает оттиск печати без железа и золота». Ощущения оставляют след в виде представлений – образов тех предметов, которые прежде действовали на органы чувств. Сохранение и воспроизведение ощущений дает память. Мышление характеризуется составлением общих понятий, суждений и умозаключений. Особой формой интеллектуальной активности является «нус» (разум), привносимый извне в виде божественного разума.

Под церковным влиянием, характерным для средневековья, утвердилось представление, что душа является божественным, сверхъестественным началом, и потому изучение душевной жизни должно быть подчинено задачам богословия. Человеческому суждению может подаваться лишь внешняя сторона души, которая обращена к материальному миру. Величайшие тайны души доступны лишь в религиозном (мистическом) опыте. В средние века накапливается конкретный материал об анатомо-

физиологических особенностях организма как одной из основ психики. От арабских мыслителей IX-XI вв. Авиценны и Аверроэса. Немецкие схоласты Р. Гоклениус и О. Кассман впервые ввели термин «психология» (1590).

Основные исторические этапы развития психологии

С XVII в. начинается новая эпоха в развитии психологического знания (умозрительная). Она характеризуется попытками осмыслить душевный мир человека преимущественно с общепсихологических, умозрительных позиций, без необходимости экспериментальной базы. Р. Декарт (1596-1650) считает, что между душой человека и его телом полнейшее различие: тело по своей природе всегда делимо, тогда как дух неделим. Однако душа способна производить в теле движения. Это противоречивое дуалистическое учение породило психофизическую проблему: как связаны между собой телесные и психические процессы в человеке? Декарт заложил основы детерминистской концепции поведения с ее центральной идеей рефлекса как закономерного двигательного ответа организма на внешнее физическое раздражение.

Попытку вновь соединить тело и душу человека, разделенные учением Декарта, предпринял голландский философ Б. Спиноза (1632-1677). Нет особого духовного начала, оно всегда есть одно из проявлений протяженной субстанции (материи). Душа и тело определяются одни ми и те же материальны ми причинами. Спиноза полагал, что такой подход дает возможность рассматривать явления психики с такой же точностью и объективностью, как рассматриваются линии и поверхности в геометрии.

Немецкий философ Г. Лейбниц (1646-1716), отвергнув в установленном Декартом равенство психики и сознания, ввел понятие о бессознательной психике. В душе человека непрерывно идет скрытая работа психических сил бесчисленных малых перцепций (восприятий). Из них возникают сознательные желания и страсти.

В XVIII в. немецкий философ Вольф ввел термин «эмпирическая психология», принцип которого состоит в наблюдении за конкретными психическими явлениями, их классификации и у становлении проверяемой на опыте, закономерной связи между ними. Английский философ Дж. Локк (1632-1704г) рассматривает душу человека как пассивную, но способную к восприятию среду, сравнивая ее с чистой доской, на которой ничего не написано. Под воздействием чувственных впечатлений душа человека, пробуждаясь, наполняется простыми идеями, начинает мыслить, т.е. образовывать сложные идеи. В язык психологии Локк ввел понятие ассоциации - связи между психическими явлениями, при которой актуализация одного из них влечет за собой появление другого.

Основателем ассоциативной психологии в XVIII веке стал английский врач и священник Д. Гартли (1705-1757). По Гартли, психический мир человека складывается постепенно в результате усложнения «первичных элементов» (чувствований) посредством их ассоциации.

ловека (циклотимик, шизотимик) могут перерасти в аномалии характера (циклоид, шизоид), а затем и в психическое заболевание (маниакально-депрессивный психоз, шизофрения).

7.5. Характер и его формирование

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

Характер – индивидуальное сочетание наиболее устойчивых, существенных особенностей личности, проявляющихся в поведении человека, в определенном отношении: 1) к себе (степень требовательности, критичности, самооценки, скромность – наглость); 2) к другим людям (эгоизм или альтруизм, жестокость или доброта, безразличие или чуткость, грубость или вежливость, лживость или правдивость, тактичность-бестактность); 3) к порученному делу (лень или трудолюбие, аккуратность или неряшливость, инициативность или пассивность, организованность); 4) в характере отражаются волевые качества: готовность преодолевать препятствия, душевную и физическую боль, степень настойчивости, решительности.

Рассмотрим связь темперамента и характера. Характер человека – это сплав врожденных свойств высшей нервной деятельности с приобретенными в течение жизни индивидуальными чертами. Правдивыми, добрыми, тактичными или, наоборот, лживыми, злыми, грубыми бывают люди с любым типом темперамента. Однако при определенном темпераменте черты приобретаются легче, другие труднее. Например, организованность легче выработать флегматику, чем холерику; доброту – меланхолику. Быть хорошим организатором проще сангвинику и холерику. Но отзывчивым, добрым и т.д. можно быть при любом темпераменте.

В структуре характера выделяются две группы черт. Под чертой характера понимают те или иные особенности личности человека, которые систематически проявляются в различных видах его деятельности и по которым можно судить о его возможных поступках в определенных условиях. К первой группе относят черты, выражающие направленность личности (потребности, интересы, склонности, цели), систему отношений к окружающему миру и представляющие собой индивидуальные способы осуществления этих отношений. Ко второй группе относят интеллектуальные, волевые и эмоциональные черты характера.

Первые признаки стабилизации характера возникают в начале жизни человека. Возраст от 2-3 до 9-10 лет является сензитивным периодом для становления характера (оптимальное сочетание условий для развития черт характера). Под влиянием взрослых формируются такие черты (положительные и отрицательные), как доброта, отзывчивость, общительность, либидозность, безразличие к людям, черствость. Начало их формирования во многом связано с первыми месяцами жизни и стилем общения матери с ребенком. «Деловые» качества, как и их антиподы, формируются позд-

характеристики поведения.

Конституционные и клинические теории

С течением времени данные об четырех известных нам типах темпераментов пополнялись, накапливались и подтверждали соответствие их реально наблюдаемым фактам, но оставались неясными основания подобной классификации. Первые попытки выявить их опирались на наглядно различимые признаки, связанные со строением человеческого тела. Этим, вероятно, можно объяснить появление конституционных теорий темперамента. Наиболее известная из них принадлежит Кречмеру, который обобщил наблюдения, накопленные антропологами и психiatрами. Согласно его концепции, между конституцией человека и свойствами его темперамента существует прямая связь. Кречмер выделил четыре конституциональных типа. Астеник – человек с высоким ростом, хрупким телосложением, уменьшенными поперечными размерами, плоской грудной клеткой, вытянутым лицом, длинным и тонким носом. У него плечи узкие, ноги длинные и худые. Но у него сильно развита нервная система, головной мозг. Пикник – человек малого или среднего роста, с богатой жировой тканью, он тучен, с мягкими чертами лица, выпуклой грудной клеткой, большим животом, круглой головой на короткой шее. Атлетик – человек с высоким или средним ростом, пропорциональным крепким телосложением, хорошей мускулатурой, широким плечевым поясом, узкими бедрами и выпуклыми лицами вымы костями. Диспластик – человек, плохо сформированный, с неправильным телосложением. С выделенными типами строения тела Кречмер определенным образом соотносит разновидности темперамента, для которых предложил свои названия – шизотимик, иксотимик и циклотимик. Астеническое телосложение имеет шизотимик. Он замкнут, склонен к колебаниям эмоций от раздражения до сухости, упрям, малоподатлив к изменению установок и взглядов, склонен к абстракции, с трудом приспосабливается к окружению. Среди шизотимиков Кречмером выделены «тонко чувствующие джентельмены, идеалисты-мечтатели, холодные властные натуры и эгоисты, сухари, безвольные». Атлетическое телосложение имеет иксотимик. Это спокойный, мало впечатлительный человек со сдержанными жемствами и мимикой, он отличается невысокой гибкостью мышления, трудно приспосабливается к перемене обстановки, мелочен. Пикническое телосложение имеет циклотимик. Его эмоции колеблются между радостью и печалью, он легко контактирует с людьми и реалистичен во взглядах. Среди циклотимиков Кречмером выделены «веселые болтуны, спокойные юмористы, сентиментальные тихони, беспечные любители жизни, активные практики». Среди циклотимиков можно выделить следующие типы исторических лидеров: 1) храбрые борцы, народные герои, 2) живые организаторы крупного масштаба, 3) примиряющие политики.

Кречмер соотносит тип телосложения с психическими заболеланиями, причем предполагает, что между нормальным человеком и психическим заболеланием нет резкой грани: биотипы индивидуальности нормального че-

Выделение психологии в самостоятельную науку произошло в 60-х годах XIX в. Создавались специальные научно-исследовательские учреждения с внедрением экспериментальной психологии как самостоятельной научной дисциплины являлась физиологическая психология немецкого ученого В. Вундта (1832-1920), создателя первой в мире психологической лаборатории. В области сознания, полагал он, действует особая психическая принципность, подлежащая объективному научному исследованию.

Последователь Вундта американский психолог Э. Титченер (1867-1927), основатель структурной психологии. В ее основе лежит идея элементов сознания (ощущений, образов, чувств) и структурных отношений. Структура, по Титченеру, выявляется наблюдением субъекта за актами собственного сознания.

Англо-американские направления психологической мысли XX века

В начале XX в. в психологии возникает кризисная ситуация: не дал заметных результатов метод интроспекции; не удалось уточнить специфику психической реальности, решить проблему связи психических явлений с физиологически ми, обнаружился значительный разрыв между психологической теорией и данными экспериментальной работы. Попытки преодоления этого кризиса привели к формированию нескольких влиятельных школ (направлений) в психологической науке.

Бихевиоризм. Основположителем данного направления является американский ученый Д. Уотсон (1878-1958). Психология как наука должна заниматься не сознанием, душевными явлениями, которые недоступны научному наблюдению, а поведением. Уотсон считает, что основная задача бихевиоризма (от англ. Behaviour – «поведение») заключается в накоплении наблюдений над поведением с таким расчетом, чтобы можно было сказать наперед, какая будет реакция человека на соответствующую ситуацию (стимул). Поведение является или результатом научения – индивидуально приобретенного путем слепых проб и ошибок, или заученного репертуара навыков. Э.Толмен, К. Халл и Б.Скиннер – последователи Уотсона – пришли к выводу, что все-таки связи между стимулами и поведенческими реакциями не являются, прямыми. Они опосредованы «промежуточными переменными» – знаниями, контролирующим механизмом и др. Однако трактуются эти механизмы по аналогии со счетнорешающим устройством ЭВМ, т.е. психологически. Тем не менее, идеи бихевиоризма оказали благотворное влияние на лингвистику, антропологию, социологию, стали одним из истоков кибернетики, внесли вклад в разработку проблемы научения.

Когнитивная психология. Ее представителем У. Найссер, А. Пайвио и др. отводят в поведении субъекта решающую роль знаниям (от лат. *cognitio* – знание). Для них центральным становится вопрос об организации знания в памяти субъекта, о соотношении вербальных (словесных) и образных компонентов в

процессах за поминания и мышления. Эта психология возникла под определенным влиянием теоретико-информационного подхода. Основное понятие когнитивной психологии – «схема». Она представляет собой имеющейся в голове человека план сбора и программу переработки информации об объектах и событиях. Восприятие, память, мышление и другие познавательные процессы определяются схемами так же, как устройство организма генотипом.

В итоге когнитивной психологией были выявлены важнейшие свойства, присущие познавательной деятельности: избирательность, определенность средой, неполнота познавательных схем.

Гуманистическая (экзистенциальная) психология. Ее виднейшие представители Г. Оллпорт, Г. Мюррей, Г. Мэрфи, К. Роджерс, А. Маслоу предметом психологических исследований считают здоровье, творческую личность человека. Целью такой личности является не потребность в го-меостазе, как считает психоанализ, а самоощущение, самоактуализация, рост конструктивного начала человеческого «Я». Человек открыт миру, наделен потенциями к непрерывному развитию и самореализации. Любовь, творчество, рост, высшие ценности, смысл именно эти и близкие им понятия характеризуют базисные потребности человека. Как отмечает В. Франкл, автор концепции логотерапии, при отсутствии или потере интереса к жизни человек испытывает скуку, предается пороку, его поражают тяжелые неудачи. В соответствии с этими представлениями гуманистическая психология разрабатывает рецепты психического благополучия личности.

Своеобразной ветвью гуманистической психологии можно также считать духовную (христианскую) психологию. Читая, неправомерным ограничением предмета психологии и явлениями душевной жизни, она обращается к области духа.

Дух есть сила самоопределения к лучшему, дар усилить и преодолеть то, что отвергается. Духовность открывает человеку доступ к любви, совести и чувству долга. Она помогает человеку преодолеть в себе кризис без-основности, призрачности своего существования.

Основные направления в немецкой психологии XX века

Гештальтпсихология. Возникла в Германии. Т. Вертгеймер, В. Келлер и К. Левин выдвинули программу изучения психики с точки зрения целостных структур (гештальтов). Гештальтпсихология выступила против ассоциативной психологии В. Вундта и Э. Гитченера, трактовавшей сложные психические феномены в качестве выстроенных из простых по законам ассоциативности. Понятие о гештальте (от нем. «форма») зародилось при изучении сенсорных образований, когда обнаружилась «первичность» их структуры по отношению к входящим в эти образования компонентам (ощущениям). Например, хотя мелодия при ее исполнении в различных тональностях и вызывает различные ощущения, она узнается как одна и та же. Аналогично трактуется и мышление: оно состоит в усмотрении, осознании структурных

Нет темпераментов, идеально пригодных для всех видов деятельности, т.к. каждая деятельность предъявляет к психике человека определенные требования. От темперамента зависит влияние различных факторов, определяющих уровень нервно-психического напряжения (например, оценка деятельности, ожидание контроля деятельности, ускорение темпа работы, дисциплинарные воздействия).

Существуют четыре пути приспособления темперамента к требованиям деятельности. Первый путь – профессиональный отбор, задача которого не допустить к данной деятельности лиц, которые не обладают необходимыми свойствами темперамента. Данный путь реализуют лишь только при отборе на профессии, предъявляющие повышенные требования к свойствам личности. Второй путь приспособления темперамента к деятельности заключается в индивидуализации предъявляемых к человеку требований, условий и способов работы (индивидуальный подход). Третий путь в преодолении отрицательного влияния темперамента посредством формирования положительного отношения к деятельности и соответствующих мотивов. Четвертый, основной и наиболее универсальный путь приспособления темперамента к требованиям деятельности – формирование ее индивидуального стиля. Под индивидуальным стилем деятельности понимают такую индивидуальную систему приемов и способов действия, которая характерна для данного человека и целесообразна для достижения успешного результата.

Темперамент – это внешнее проявление типа высшей нервной деятельности человека, и поэтому в результате воспитания, самовоспитания это внешнее проявление может искажаться, изменяться, происходит «маскировка» истинного темперамента. Темперамент накладывает отпечаток на способы поведения и общения, например, сангвиник почти всегда инициатор в общении, новая необычная ситуация его только возбуждает, а меланхолик, напротив, пугает, смущает, он теряется в новой ситуации, среди новых людей. Флегматик также с трудом сходится с новыми людьми, свои чувства проявляет мало. Продуктивность работы человека тесно связана с особенностями его темперамента.

Достоинства и недостатки типов темперамента относительно продуктивности работы: достоинство холерика - в возможности сосредоточения значительных усилий в короткий промежуток времени, а недостаток - при длительной работе ему не всегда хватает выдержки. Сангвиник, обладая быстрой реакцией и повышенной трудоспособностью в начальный период работы, к ее концу снижает работоспособность не только из-за быстрой утомляемости, но и ввиду падения интереса. Достоинство флегматика в способности долго и упорно работать, но он не в состоянии быстро собраться и сконцентрировать свои усилия. Меланхолик отличается большой выдержкой, но медленным вхождением в работу, его работоспособность выше в середине или в конце работы, а не в ее начале.

В поведенческом общении можно и нужно предвидеть особенности реакции лице разным типом темперамента и адекватно на них реагировать.

Темперамент определяет лишь динамические, но не содержательные

отрицательными циклами спада депрессии обуславливает неровность поведения и самочувствия, его повышенную подверженность к появлению невротических срывов и конфликтов с людьми. Психические свойства: высокая возбудимость; очень высокая; экстраверт, пластичный; выходящая эмоция; очень большая сила эмоций; повышенная экспрессия эмоций; эмоционально неустойчив.

Сангвиник (сильный, уравновешенный, подвижный) – обладает быстрой скоростью реакции, его поступки обдуманно, жизнерадостен. Подвижность его нервной системы обуславливает изменчивость чувств, привязанностей, интересов, взглядов, высокую приспособляемость к новым условиям. Это общительный и отзывчивый человек. Легко сходится с новыми людьми. Он продуктивный деятель, но лишь тогда, когда много интересных дел, т.е. при постоянном возбуждении, в противном случае он становится скучным, вялым. В стрессовой ситуации проявляет «реакцию льва», т.е. активно защищает себя. Очень разнообразна мимика. Психические свойства: скорость психических реакций – высокая; экстраверт, пластичный; умеренная возбудимость; средняя сила эмоций; умеренная экспрессия эмоций; эмоционально устойчив.

Флегматик (сильный, уравновешенный, инертный) – реагирует медленно, неразговорчив, эмоции проявляются замедленно (трудно рассердиться, развеселиться), слабое внешнее выражение эмоций; обладает высокой работоспособностью, хорошо сопротивляется сильными продолжительным раздражителям, трудностям, но не способен быстро реагировать в неожиданных новых ситуациях. Прочно запоминает все усвоенное, не способен отказаться от выработанных навыков и стереотипов, трудно и замедленно приспособляется к новым условиям. Настроение стабильное, ровное. И при серьезных неприятностях флегматик остается внешне спокойным. Психические свойства: интроверт ригидный; слабая возбудимость; пониженная экспрессия эмоций; эмоционально очень устойчив.

Меланхолик (слабый, неуравновешенный, нервные процессы малоподвижны) обладает повышенной чувствительностью даже к слабым раздражителям, а сильный раздражитель уже может вызвать «срыв», «стопор», растерянность, «стресс кролика». Повышенная чувствительность приводит к быстрому утомлению и падению работоспособности. Незначительный повод может вызвать обиду, слезы. Настроение очень изменчиво, но обычно меланхолик старается скрыть, не проявлять внешне своих чувств, не рассказывает своих переживаниях, хотя очень склонен отдаваться переживаниям, часто грустен, подавлен, неуверен в себе, тревожен, у него могут возникнуть невротические расстройства. Но, обладая высокой чувствительностью н/с, часто имеют выраженные художественные и интеллектуальные способности. Психические свойства: скорость психических реакций – средняя; интроверт, ригидный; высокая возбудимость; большая сила эмоций; повышенная экспрессия эмоций; эмоционально очень неустойчив.

Учет темперамента в деятельности

требований элементов проблемной ситуации, и в действиях, которые соответствуют этим требованиям (В. Келер). Построение сложного психического образа происходит в инсайте – особом психическом акте мгновенного схватывания отношений в воспринимаемом поле. Свои положения гештальт-психология противопоставила также бихевиоризму, который объяснял поведение организма в проблемной ситуации перебором «слепых» двигательных проб, лишь случайное приводящих к успеху. Заслуги гештальт-психологии состоят в разработке понятия психического образа, в утверждении системного подхода к психическим явлениям.

Глубинная психология. В 1896 г. возникло направление глубинной психологии. Основатель австрийский психиатр и психолог З. Фрейд (1856-1939). Фрейдизм приобрел громкую известность. Начав, свои исследования как филолог и врач-невропатолог, Фрейд пришел к выводу, что физиологический подход к психике недостаточен, и предложил свою систему анализа душевной жизни человека-психоанализ. Со структурной точки зрения психика состоит, по Фрейду три образования: «Я», «Сверх-Я» и «Оно». «Сверх-Я» и «Оно» локализованы в слое первичного психического процесса. В бессознательном «Оно» – это место сосредоточения двух групп влечений: а) влечения к жизни или эроса, куда входят сексуальные влечения и влечение к самосохранению «Я»; б) влечение к смерти, к разрушению. «Оно» составляет движущую силу поведения, мощное мотивационное начало. «Я» – это вторичный, поверхностный слой душевного аппарата, именуемый сознанием. «Я» воспринимает информацию об окружающем мире и состоянии организма. Его основная функция – соизмерять влечения с требованиями враждебной индивидууму социальной сферы в интересах его самосохранения. Систему требований «Я» к «Оно» составляет «Сверх-Я» – внутренний «надзиратель». Данный слой психики формируется большей частью бессознательно в процессе воспитания (прежде всего в семье) и проявляется в виде совести.

Задача психоаналитика, как психотерапевта в том, чтобы выявить посредством анализа свободно всплывающих ассоциаций и сновидений пациента травмирующие его переживания, а затем помочь ему осознать их и значит освободиться от них.

З. Фрейд ввел в психологию ряд важных тем: бессознательная мотивация, защитные механизмы психики, роль сексуальности в ней, влияние детских психических травм на поведение в зрелом возрасте и др. Однако уже его ближайшие ученики пришли к выводу, что не сексуальные влечения определяют психическое развитие личности. Адлер, основатель «индивидуальной психологии», отмечал отсутствие жесткой границы между сознанием и бессознательным. Юнг в своем учении – аналитической психологии, «смогшел на человека в свете того, что есть в нем здорового и крепкого, нежели с точки зрения его пороков».

Связать природу бессознательного ядра психики человека с социальными условиями его жизни пытались: Хорни, Г.Салливан и Э.Фромм-реформаторы психоанализа Фрейда (неофрейдисты). Человеком движут не только биологические предопределенные бессознательные побуждения, но

и приобретенные стремления к безопасности и самореализации (Хорни), образы себя и других, сложившиеся в раннем детстве (Салливен), влияния социальноэкономической структуры общества (Фромм).

Вклад российских психологов в развитие психологической науки

Основоположником Российской научной психологии считается И.М. Сеченов (1829-1905). В его книге «Рефлексы головного мозга» (1863) основные психологические процессы получают физиологическую трактовку. Их схема такая же, что и у рефлексов: они берут начало во внешнем воздействии, продолжаются центральной нервной деятельностью и заканчиваются ответной деятельностью – движением, поступком, речью. Такой трактовкой Сеченов предпринял попытку вырвать психологию из круга внутреннего мира человека. Однако при этом была недооценка специфика психической реальности в сравнении с физиологической ее основой, не учтена роль культурно-исторических факторов в становлении и развитии психики человека.

Важное место в истории Российской психологии принадлежит Г.И. Челпанову (1862-1936). Он создал в России психологический институт (1912).

Экспериментальное направление в психологии с использованием объективных методов исследования развивал В.М. Бехтерев (1857-1927). В 1885 г. В. М. Бехтерев организовал экспериментальную психологическую лабораторию в России.

Усилия И.П. Павлова (1849-1936) были направлены на изучение условно-рефлекторных связей в деятельности организма. Его работы значительно повлияли на понимание физиологических основ психической деятельности.

Значительный вклад в развитие психологии XX в. внесли ученые Л.С. Выготский (1896-1934), А.Н. Леонтьев (1903-1979), А.Р. Лурия (1902-1977) и П.Я. Гальперин (1902-1988).

Л.С. Выготский ввел понятие о высших психических функциях (мышление в понятиях, разумная речь, логическая память, произвольное внимание) как специфически человеческой, социально-обусловленной форме психики, а также заложил основы культурно-исторической концепции психического развития человека. Названные функции первоначально существуют как формы внешней деятельности, и лишь позже – как полностью внутренний (интрапсихический) процесс. Они происходят из форм речевого общения между людьми и опосредованы знаками языка. Система знаков определяет поведение в большей степени, чем окружающая природа, поскольку знак, символ содержит в свернутом виде программу поведения. Развиваются высшие психические функции в процессе научения, т.е. совместной деятельности ребенка и взрослого.

А.Н. Леонтьев провел цикл экспериментальных исследований, раскрывающих механизм формирования высших психических функций как процесс «вращения» (интериоризации) высших форморудийно-знаковых действий в субъективные структуры психики человека.

флегматика); 4) «слабый» (слабый, неуравновешенный, малоподвижный тип н/с обуславливает темперамент меланхолика).

Свойства темперамента:

Сензитивность – возникновение чувствительности на внешний раздражитель наименьшей силы; реактивность – сила эмоциональной реакции на внешние и внутренние раздражители; активность; темп реакции – скорость протекания психических процессов; экстрaversия – интроверсия – преимущественная направленность активности личности либо вовне (на мир внешних объектов: окружающих людей, событий, предметов), либо внутрь (на явления собственного субъективного мира, на свои переживания); пластичность – ригидность – особенности человека гибко и легко приспосабливаться к новым условиям, либо инертно, нечувствительно вести себя в изменившихся условиях. Виды ригидности: сенсорная, моторная, эмоциональная, памяти, мышления.

Темперамент, будучи врожденным, является базой большинства свойств личности. Но он определяет лишь динамику их проявления (впечатлительность, эмоциональность, импульсивность, тревожность).

Впечатлительность – степень воздействия различных раздражителей, время сохранения их в памяти и силу ответной реакции на это воздействие. Эмоциональность – скорость, содержание, качество, глубина, динамика эмоциональных процессов и состояний. Импульсивность – склонность человека действовать по первому побуждению под влиянием внешних воздействий или внезапно нахлынувших эмоций. Тревожность – повышенная склонность человека испытывать беспокойство в любых ситуациях жизни, в том числе и не располагающих к этому. Понятие тревожности близко к понятию невротизма (Г.И. Айзенк).

Типы темперамента и их психологические характеристики

В чистом виде темпераменты встречаются сравнительно редко. Обычно у человека преобладают черты какого-либо одного темперамента, но при этом могут наблюдаться и отдельные черты, свойственные другому темпераменту. Темперамент можно подразделить на четыре типа: холерический, сангвинический, флегматический, меланхолический. Такое разделение имеет длительную историю (Гиппократ, Гален, Кант, Павлов и др.), хотя имеются и другие классификации типов темперамента (Кречмер, Шелдон, Сиге).

Холерик (сильный, неуравновешенный, подвижный)- нервная система определяет преобладанием возбуждения над торможением вследствие чего он реагирует очень быстро, часто необдуманно, не успевает затормозить, проявляет резкость движений, вспыльчивость. Неуравновешенность его нервной системы предопределяет цикличность в смене его активности и бодрости: увлекшись каким-нибудь делом, он страстно, с полной отдачей работает, но сил ему хватает ненадолго, и, как только они истощаются, он дорабатывается до того, что ему все невмолгу. Появляется раздраженное состояние, плохое настроение, упадок сил и вялость («все падает из рук»). Чередование положительных циклов подъема настроения и энергичности с

рование и развитие происходит в процессе организованной деятельности и общения. Развитие способностей происходит поэтапно. Важным моментом у детей в развитии способностей является комплексность – одновременное совершенствование нескольких взаимодополняющих друг друга способностей.

Выделяют следующие уровни способностей: репродуктивный, который обеспечивает высокие умения усваивать готовое знание, и творческий, обеспечивающий создание нового, оригинального. Репродуктивный уровень включает элементы творческого, и наоборот.

7.4. Понятие о темпераменте и его физиологических основах

Темперамент – совокупность врожденных индивидуальных особенностей человека, характеризующих динамическую и эмоциональную стороны поведения человека, его деятельности и общения.

Человечество издавна пыталось выделить типичные особенности психического склада различных людей, свести их к малому числу обобщенных портретов - типов темперамента. Такого рода типологии были практически полезными, так как с их помощью можно было предсказать поведение людей с определенным темпераментом в конкретных жизненных ситуациях.

Темперамент в переводе с латинского – «семь», «соразмерность». Древнейшее описание темпераментов принадлежит «отцу» медицины Гипократу. Он считал, что темперамент человека определяется тем, какая из четырех жидкостей организма преобладает: если преобладает кровь («сангвис» по-латыни), то темперамент будет сангвинический, т.е. энергичный, быстрый, жизнелюбивый, общительный, легко переносит жизненные трудности и неудачи. Если преобладает желчь («холе»), то человек будет холериком - желчный, раздражительный, возбудимый, несдержанный, очень подвижный человек с быстрой сменой настроения. Если преобладает слизь («флегма»), то темперамент флегматичный – спокойный, медлительный, уравновешенный человек, медленно, с трудом переключающийся с одного вида деятельности на другой, плохо приспосабливающийся к новым условиям. Если преобладает черная желчь («мелана-холе»), то получается меланхолик – несколько болезненно застенчивый и впечатлительный человек, склонный к грусти, робости, замкнутости, он быстро утомляется, чрезмерно чувствителен к невзгодам.

Академик И.П.Павлов изучил физиологические основы темперамента, обратив внимание на зависимость темперамента от типа нервной системы. Он показал, что два основных нервных процесса – возбуждение и торможение – отражают деятельность головного мозга. От рождения они у всех разные по силе, взаимной уравновешенности, подвижности. В зависимости от соотношения этих свойств нервной системы Павлов выделил четыре основных типа высшей нервной деятельности: 1) «безудержный» (сильный, подвижный, неуравновешенный тип нервной системы – соответствует темпераменту холерика); 2) «живой» (сильный, подвижный, уравновешенный тип н/с соответствует темпераменту сангвиника); 3) «спокойный» (сильный, уравновешенный, инертный тип н/с соответствует темпераменту

А.Р. Лурия особое внимание уделял проблемам мозговой локализации высших психических функций и их нарушений. Он явился одним из создателей новой области психологической науки – нейропсихологии.

П.Я. Гальперин рассматривал психические процессы (от восприимчивая до мышления включительно) как ориентировочную деятельность субъекта в проблемных ситуациях. Сама психика в историческом плане возникает лишь в ситуации подвижной жизни для ориентировки на основе образа и осуществляется с помощью действий в плане этого образа. П.Я. Гальперин – автор концепции поэтапного формирования умственных действий (образов, понятий). Практическая реализация этой концепции позволяет существенно повысить эффективность обучения.

2. ОСНОВЫ ФУНКЦИИ ПСИХИКИ. ОСОБЕННОСТИ ПСИХИЧЕСКОГО ОТРАЖЕНИЯ

Этимологически слово «психика» (греч. душа) имеет двойственное значение. Одно значение несет смысловую нагрузку сущности какой-либо вещи. Психика – это сущность, где внешнеположная и многообразная природа собирается к своему единству это виртуальное сжатие природы, это отражение объективного мира в его связях и отношениях.

Психическое отражение не является зеркальным, механически пассивным копированием мира (как зеркало или фотоаппарат), оно сопряжено с поиском, выбором, в психическом отражении поступающая информация подвергается специфической обработке, т.е. психическое отражение – это активное отражение мира в связи с какой-то необходимостью, с потребностями, это субъективное избирательное отражение объективного мира, так как принадлежит всегда субъекту, вне субъекта не существует, зависит от субъективных особенностей. Психика – это субъективный образ объективного мира. Психику нельзя свести просто к нервной системе. Психические свойства являются результатом нейрофизиологической деятельности мозга, однако содержат в себе характеристики внешних объектов, а не внутренних физиологических процессов, при помощи которых психическое возникает. Преобразование сигналов, совершающиеся в мозгу, воспринимаются человеком как события, разыгрывающиеся вне его, во внешнем пространстве и мире. Мозг выделяет психику, мысль подобно тому, как печень выделяет желчь. Недостаток этой теории в том, что отождествляют психику с нервными процессами, не видят качественных отличий между ними.

Психические явления соотносятся не с отдельным нейрофизиологическим процессом, а с организованными совокупностями таких процессов, т.е. психика – это системное качество мозга, реализуемое через функциональные многоуровневые системы мозга, которые формируются у человека в процессе жизни и овладения им исторически сложившимися формами деятельности и опыта человечества через собственно активную деятельность. Специфически человеческие качества (сознание, речь, труд и пр.), челове-

ческая психика формируются у человека только прижизненно в процессе усвоения им культуры, созданной предшествующими поколениями. Психика человека включает себя, по меньшей мере, три составляющих: внешний мир, природу, ее отражение – полноценную деятельность мозга – взаимодействие с людьми, активную передачу новым поколениям человеческой культуры, человеческих способностей.

Психическое отражение характеризуется рядом особенностей: 1) оно дает возможность правильно отражать окружающую действительность, причем правильность отражения подтверждается практикой; 2) сам психический образ формируется в процессе активной деятельности человека; 3) психическое отражение углубляется и совершенствуется; 4) обеспечивает целесообразность поведения и деятельности; 5) преломляется через индивидуальность человека; 6) носит опережающий характер.

2.1. Основные этапы развития психики

Развитие психики у животных проходит ряд этапов.

На стадии элементарной чувствительности животное реагирует только на отдельные свойства предметов внешнего мира и его поведение определяется врожденными инстинктами (питания, самосохранения, размножения и т.п.).

На стадии предметного восприятия отражение действительности осуществляется в виде целостных образов предметов и животное способно обучаться, появляются индивидуально приобретенные навыки поведения.

Третья стадия интеллекта характеризуется способностью животного отражать межпредметные связи, отражать ситуацию в целом, в результате животное способно обходить препятствия, «изобретать» новые способы решения двухфазных задач, требующих предварительных подготовительных действий для своего решения. Интеллектуальное поведение животных не выходит за рамки биологической потребности, действует только в пределах наглядной ситуации.

Психика человека – качественно более высокий уровень, чем психика животных (человек разумный). Сознание, разум человека развивались в процессе трудовой деятельности (совместных действий для добывания пищи при резком изменении условий жизни первобытного человека). И хотя высокие биолого-морфологические особенности человека устойчивы уже в течение 40 тысячелетий, развитие психики человека происходило в процессе трудовой деятельности. Материальная, духовная культура человечества – это объективная форма воплощения достижений психического развития человечества.

В процессе исторического развития общества человек изменяет способы и приемы своего поведения, переводит природные задатки и функции в высшие психические функции – специфически человеческие формы памяти, мышления, восприятия (логическая память, абстрактно-логическое мышление) благодаря применению вспомогательных средств, речевых знаков, созданных в процессе исторического развития. Единство высших психических функций образует сознание человека.

ствия к внутреннему, идеальному действию.

Экстериоризация – процесс превращения внутреннего психического действия во внешнее действие.

Способности

Способности – это индивидуально-психологические особенности личности, обеспечивающие успех в деятельности, в общении и легкость овладения ими. Способности не могут быть сведены к знаниям, умениям, навыкам, имеющимся у человека, но способности обеспечивают их быстрое приобретение и эффективное практическое применение.

Способности можно классифицировать на:

1) природные (или естественные) способности, биологически обусловленные, связанные с врожденными задатками, формирующиеся на их базе, при наличии элементарного жизненного опыта;

2) специфические человеческие способности, имеющие общественно-историческое происхождение и обеспечивающие жизнь и развитие в социальной среде.

Специфические человеческие способности в свою очередь подразделяются на:

а) общие, которыми определяются успехи человека в самых различных видах деятельности и общения (умственные способности, развитые память и речь, точность и тонкость движений рук), и специальные, определяющие успехи человека в отдельных видах деятельности и общения, где необходимы особого рода задатки и их развитие (способности математические, технические, литературно-лингвистические, художественно-творческие, спортивные). Эти способности могут дополнять и обогащать друг друга, но каждая из них имеет собственную структуру;

б) теоретические, определяющие склонность человека к абстрактно-логическому мышлению, и практические, лежащие в основе склонности к конкретно-практическим действиям;

в) учебные, которые влияют на успешность педагогического воздействия, усвоение человеком знаний, умений, навыков, формирования качеств личности, и творческие, связанные с успешностью в создании произведений материальной и духовной культуры, открытий. Высшая степень творческих проявлений личности называется гениальностью, а высшая степень способностей личности в определенной деятельности (общении) – талантом,

г) способности к общению, взаимодействию с людьми и предметно-деятельностные способности, связанные с взаимодействием людей с природой, техникой, знаковой информацией, художественными образами.

Человек, способный ко многим разным видам деятельности, обладает

общей одаренностью.

Задатки – это некоторые врожденные анатомо-физиологические особенности нервной системы, составляющие индивидуально-природную основу формирования и развития способностей.

Способности – не статичные, а динамические образования, их форми-

установки. Установка – состояние готовности к определенному способу поведения в определенных ситуациях.

7.3. Деятельность и способности

Деятельность – это активное взаимодействие человека со средой, в котором он достигает сознательно поставленной цели, возникшей в результате появления у него определенной потребности, мотива.

Структура деятельности: мотивы-действия-цели.

Мотивы – то, что побуждает человека к деятельности.

Действия – относительно законченные элементы деятельности, направленные на достижение промежуточных целей, подчиненных общему замыслу.

Цели – то, на что направлена непосредственно деятельность.

Мотивы и цели могут не совпадать. То, почему человек действует определенным образом, часто не совпадает тем, для чего он действует. Когда мы имеем дело с активностью, в которой отсутствует осознаваемая цель, то здесь нет и деятельности в человеческом смысле слова, а имеет место импульсивное поведение, которое управляется непосредственно потребностями и эмоциями.

Поступок – действие, выполнение которого, человек осознает его значение для других людей, т.е. его социальный смысл.

Действие имеет подобную деятельность структуру: цель – мотив, способ – результат. Различают действия: сенсорные (действия по восприятию объекта), моторные (двигательные действия), волевые, мыслительные, мнемические (действия памяти), внешние предметные (действия направлены на изменение состояния или свойств предметов внешнего мира) и умственные (действия, выполняемые во внутреннем плане сознания).

Основные виды деятельности, обеспечивающие существование человека и формирование его как личности – это общение, игра, учение и труд.

Выделяют следующие компоненты действия:

Сенсомоторные процессы – это процессы, в которых осуществляют связь восприятия и движения.

В них различают четыре психических акта:

– сенсорный момент реакции – процесс восприятия;

– центральный момент реакции – более или менее сложные процессы, связанные с переработкой воспринятого, иногда различием, узнаванием, оценкой и выбором;

– моторный момент реакции – процессы, определяющие начало и ход движения;

– сенсорные коррекции движения (обратная связь).

Идеомоторные процессы вызывают представление одвижению с полным исполнением движения. Проблема образа и его роли в регуляции моторных актов – центральная проблема психологии правильных движений человека.

Эмоционально-моторные процессы – это процессы, связывающие выполнение движений с эмоциями, чувствами, психическими состояниями, переживаемыми человеком.

Интерниоризация – процесс перехода от внешнего, материального дей-

2.2. Структура психики человека

Психика сложна и многообразна по своим проявлениям. Обычно выделяют три крупные группы психических явлений: 1) психические процессы; 2) психические состояния; 3) психические свойства.

Психические процессы – динамическое отражение действительности в различных формах психических явлений.

Психический процесс – это течение психического явления, имеющего начало, развитие и конец, проявляющегося в виде реакции. При этом нужно иметь в виду, что конец психического процесса тесно связан с началом нового процесса. Отсюда непрерывность психической деятельности в состоянии бодрствования человека.

Психические процессы вызываются как внешними воздействиями, так и раздражениями нервной системы, идущими от внутренней среды организма.

Все психические процессы подразделяются на познавательные – к ним относятся ощущения и восприятия, внимание и память, мышление и воображение; эмоциональные – активные и пассивные переживания; волевые решение; исполнение, волевое усилие и т.д.

Психические процессы обеспечивают формирование знаний и первичную регуляцию поведения и деятельности человека.

Психические процессы протекают с различной быстротой и интенсивностью в зависимости от особенностей внешних воздействий и состояний личности.

Под психическим состоянием следует понимать определившийся в данное время относительно устойчивый уровень психической деятельности, который проявляется в повышенной или пониженной активности личности.

Каждый человек ежедневно испытывает различные психические состояния. При одном психическом состоянии умственная или физическая работа протекает легко и продуктивно, при другом – трудно и неэффективно.

Психические состояния имеют рефлекторную природу: они возникают под влиянием обстановки, физиологических факторов, хода работы, времени и словесных воздействий (похвала, порицание и т.п.).

Подразделяются на: 1) мотивационные – основанные на потребностях, установках, желаниях, интересах, влечениях, страсти; 2) состояния организманности сознания (внимание, проявляющееся на уровне активной сосредоточенности или рассеянности); 3) эмоциональные состояния, или настроения (жизнерадостное, восторженное, стресс, аффект, грустное, печальное, гневное, раздражительное); 4) волевые (инициативность, решительность, настойчивость). Интересные исследования об особом, творческом, состоянии личности – вдохновении.

Высшими и устойчивыми регуляторами психической деятельности являются свойства личности.

Под психическими свойствами человека понимают типичные для данного человека особенности его психики, особенности реализации его психических процессов.

Каждое психическое свойство формируется постепенно в процессе отражения и закрепляется в практике. Оно является результатом отражательной и практической деятельности.

Психические свойства синтезируются и образуют сложные структурные образования личности: 1) направленность личности (система потребностей, интересов, убеждений, идеалов); 2) темперамент (система природных свойств личности подвижность, уравновешенность поведения и тонус активности, характеризующая динамическую сторону поведения); 3) способности (система интеллектуально-волевых и эмоциональных свойств, определяющая творческие возможности личности); 4) характер как система отношений и способов поведения.

2.3. Психика и особенности строения мозга

Индивидуальность личности зависит от отношений отдельных полушарий мозга (первые эксперимент Р. Сперри 60-е годы 20 века).

У правой левое полушарие ведаёт не только речью, но и письмом, счетом, вербальной памятью, логическими рассуждениями. Правое полушарие обладает музыкальным слухом, легко воспринимает пространственные отношения, разбираясь в формах и структурах лучше левого, умеет опознавать целое по части. Одну и ту же задачу оба полушария решают с разных точек зрения, а при выходе из строя одного из них нарушается и функция, за которую оно отвечает. Психологи неодобрительно относятся к переучиванию левой: стопроцентных правшей из них все равно не выходит, а специализация полушарий может ослабнуть.

Центры речи в левом полушарии развиваются главным образом не от говорения, а от писания.

Существует прямая связь между степенью асимметрии полушарий и умственными способностями. Трудовые навыки, речь, мышление, память, внимание, воображение – все это стало развиваться так бурно и так продуктивно у человека благодаря пластичности его мозга и врожденной предрасположенности полушарий к разделению обязанностей.

Именно специализация полушарий и позволяет человеку рассматривать мир с двух различных точек зрения, познавать его объекты, пользоваться не только словесно-грамматической логикой, но и интуицией с ее пространственно-образным подходом к явлениям и моментальным охватом целого. Специализация полушарий как бы порождает мозгу двух собеседников и создает физиологическую основу для творчества.

Если на интеллектуальном уровне выключение правого полушария особенно не отражается, то эмоциональное состояние резко меняется. Человек охватывает эйфория: он возбужден и словоохотлив, его реакции манякальны. Весь пассивный словарь человека становится активным, на каждый вопрос дается подробнейший ответ, сложными грамматическими конструкциями. Вместе с ним лишается он и творческой жилки. Художник, скульптор, композитор, ученый – все они перестают творить.

ных состояний. К мотивационным состояниям человека относятся: интересы, желания, стремления, намерения, влечения, страсти, установки.

Интерес – эмоционально насыщенная направленность на объекты, связанные со стабильными потребностями человека. Интерес проявляется в повышенном внимании к объекту, имеющему устойчивую значимость. Интерес как психическое состояние существенно влияет на психические процессы, активизирует их. В соответствии с потребностями интересы подразделяются: по содержанию (материальные и духовные), широте (ограниченные и разносторонние) и устойчивости (кратковременные и устойчивые).

Широта и глубина интересов человека определяют полноценность его жизни. С интересами человека тесно связаны его желания, страсти и влечения.

Желание – мотивационное состояние, при котором потребности соотносятся с конкретным предметом их удовлетворения. Желание представляет собой определенный этап вытеснения потребности, соотнесение ее с целью и планом действий. Эпикур подразделил все человеческие желания на три группы: 1) естественные и необходимые (желание еды, питья, сна, отдыха), 2) естественные, но не необходимые (сексуальные желания), 3) желания ни естественные, ни необходимые (желания, связанные с честолюбием, жаждой славы, власти). Первые две группы желаний могут быть гипертрофированными, не знающими границ своего удовлетворения.

Страсть – очень стойкое аффективное стремление к определенному объекту, потребность в котором доминирует над всеми остальными потребностями и придает соответствующую направленность всей жизнедеятельности человека.

Страсть может быть положительной и отрицательной в зависимости от общественной ценности того, к чему стремится человек. Многие отрицательные страсти (к азартным играм) ведут к деградации личности. Положительные страсти мобилизуют силы человека на достижение социально значимых целей (страсть к искусству, науке).

Состояние навязчивого тяготения к определенной группе объектов называется влечением. Влечения могут быть естественными и сформированными в социальных условиях. Естественные влечения не всегда осознаются. Они связаны с органическими процессами и лишь немногие могут регулироваться сознанием. Инстинктивные, органические влечения: 1) ориентировочные реакции, 2) сексуальное влечение, 3) голод (пищевое влечение), 4) жажда, 5) влечение материнства.

Мотивация человека может быть сознательной и подсознательной. Сознательная мотивация связана с намерением. Намерение – это сознательно принимаемое решение достичь определенной цели с отчетливым представлением средств и способов действия.

Намерения обладают динамическими свойствами – силой, напряженностью. Сознательным обоснованием намерения является мотив. Мотив – это осознанное побуждение к достижению конкретной цели, понимаемое индивидом как личностная необходимость.

Все малоосознанные импульсивные действия совершаются на основе

для удовлетворения его индивидуализированных потребностей.

Потребностей – это испытываемая человеком необходимостью устранения отклонений от параметров жизнедеятельности, оптимальных для него как для биологического существа, индивида и личности.

Наиболее значимые, базовые потребности определяют направленность всей психики человека – его чувств, мышления, воли и сенсорных систем.

Различаются потребности потенциальные (неактуализированные) и актуализированные – текущее психическое состояние внутренних и внешних условий комфортабельное, вызванное расогласованием внутренних и внешних условий жизнедеятельности данного индивида. Это является основным фактором человеческой активности.

Потребности можно разделить по основным видам человеческой активности:

- 1) потребности, связанные с трудом, – потребности познания и созидания;
- 2) потребности, связанные с развитием, – потребность в игре, науке, самореализации;
- 3) потребности, связанные с социальным общением, социальной идентификацией, – нравственные и духовные потребности.

Все эти потребности социально обусловлены, порождаются в определенном человеческом обществе и поэтому называются социальными.

Большая сфера потребностей человека обусловлена биологической необходимостью – биогенные потребности. К ним относятся: 1) потребность безопасности, самосохранения; 2) потребность в восстановлении энергии и в двигательной активности; 3) потребность в подготовке к преодолению препятствий (одна из сфер реализации этой потребности – научение и физическая игра); 4) потребность в продолжении рода.

Естественные, органические потребности человека возникают без специального формирования, тогда как все социальные потребности возникают лишь в процессе воспитания.

В зависимости от того, с какими социальными ценностями связаны потребности, различаются разные их уровни – высшие и низшие.

Все потребности обладают направленностью, напряженностью, циклическостью.

Потребности закрепляются в процессе их удовлетворения. Удовлетворенная потребность сначала угасает, но затем возникает с большей интенсивностью. Слабые потребности в процессе их многократного удовлетворения становятся более стойкими.

Возникновение определенных насущных потребностей организует психику на постановку соответствующих целей.

Мотивация поведения личности

Мотивация – это обусловленное актуализированной потребностью возбуждение определенных нервных структур (функциональных систем), вызывающих направленную активность организма.

Все мотивационные состояния являются модификацией потребностей

Полная противоположность – отключение левого полушария. Творческие способности, не связанные с вербализацией форм, остаются. Композитор продолжает сочинять музыку, скульптор лепит, физик размышляет о своей физике. Но от хорошего настроения не остается и следа. Во взоре тоска и печаль, в немногословных репликах – отчаяние и мрачный скепсис, мир представляется только в черном цвете.

Подавление правого полушария сопровождается эйфорией, а подавление левого – глубокой депрессией. Сущность левого – безоглядный оптимизм, сущность правого – «дух отрицания, дух сомнения».

Левое полушарие обладает огромным запасом энергии и жизнелюбия. Тревожные опасения правого действуют отрезвляюще, возвращая мозгу не только творческие способности, но и саму возможность нормально работать, а не витать в эмпиреях. Каждое полушарие вносит свой вклад: правое лепит образ, а левое подыскивает для него словесное выражение.

3. ПСИХОЛОГИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ ПРОЦЕССОВ

3.1. Понятие об ощущении и его физиологической основе

Ощущение, восприятие, мышление служат неразрывными частями единого процесса отражения действительности. Чувственное наглядное познание предметов и явлений окружающего мира есть исходное. Но ощущая, воспринимая, наглядно представляя себе любой предмет, любое явление, человек должен как-то анализировать, обобщать, конкретизировать, мыслить о том, что отражается в ощущениях и восприятиях. Ощущения, восприятия, внимание, мышление составляют познавательные процессы.

Для возникновения ощущений необходимы, прежде всего, наличие воздействующих на органы чувств, предметы и явления реального мира, которые называются раздражителями. Воздействие раздражителей на органы чувств называется раздражением. Информация о внешнем мире может попадать в головной мозг, то есть перерабатывающий ее центр, только через сенсорную систему, которую можно считать воротами сознания. Сенсорная клетка – рецептор – преобразует стимул (воздействие) в короткие ритмические электрические импульсы. Затем их поток передается по нервным путям в различные перекладочные станции центральной нервной системы, где эти импульсы, переходя с одного нейрона на другой, синтезируются и «декодированы» в стимул данных о характере внешнего воздействия. Ощущением называется психическое отражение в коре головного мозга отдельных свойств, предметов и явлений, непосредственно воздействующих на органы чувств.

Способность к ощущениям имеется у всех живых существ, обладающих нервной системой, но осознавать свои ощущения могут только те из них, у кого есть головной мозг с высокоорганизованной корой. Если кора мозга временно отключается (с помощью наркоза или наркотиков), то человек не может осознанно реагировать даже на сильную боль.

Физиологическая основа ощущений – сложная деятельность органов чувств. И.Л. Павлов назвал эту деятельность анализаторной, а системы клеток, наиболее сложно организованных и являющихся воспринимающими аппаратами, которые непосредственно осуществляют анализ раздражений, – анализаторами.

Анализатор характеризуется наличием рех, специфических отделов: периферического (рецепторного), передающего (проводникового) и центрального (мозгового).

Периферический (рецепторный) отдел анализаторов составляют все органы чувств – глаз, ухо, нос, кожа, а также специальные рецепторные аппараты, расположенные во внутренней среде организма (в органах пищеварения, дыхания, в сердечнососудистой системе, в мочеполовых органах). Этот отдел анализатора реагирует на конфетный вид раздражителя и перерабатывает его в определенное возбуждение. Рецепторы могут находиться на поверхности тела (экстероцепторы) и во внутренних органах и тканях (интероцепторы). Рецепторы, находящиеся на поверхности тела, реагируют на внешние раздражители. Такими рецепторами обладают зрительный, слуховой, кожный, вкусовой, обонятельный анализаторы. Рецепторы, расположенные на поверхности внутренних органов тела, реагируют на изменения, происходящие внутри организма (ощущение голода, жажды). С деятельностью интероцепторов связаны органические ощущения. Промежуточное положение занимают проприоцепторы, находящиеся в мышцах и связках, которые служат для ощущения движения и положения органов тела, и участвуют в определении свойств, качеств объектов. Таким образом, периферический отдел анализатора выполняет роль специализированного, воспринимающего аппарата.

В зависимости от месторасположения рецептора различают внешние анализаторы (у которых рецепторы находятся на поверхности тела) и внутренние (у которых рецепторы расположены во внутренних органах и тканях). Промежуточное положение занимает двигательный анализатор, рецепторы которого находятся в мышцах и связках. Для всех анализаторов общими являются болевые ощущения, благодаря которым организм получает информацию о разрушительных для него свойствах раздражителя.

Характеристики анализаторов

1. Психологическая зависимость между интенсивностью ощущения и силой вызывающего его раздражителя – «порог ощущений». Нижний порог ощущений – минимальная величина раздражителя, вызывающая едва заметное ощущение (и о). Верхний порог – максимальная величина раздражителя, которую способен адекватно воспринимать анализатор. Интервал между верхним и нижним порогом ощущений – «диапазон чувствительности».

2. Дифференциальный, разностный порог – наименьшее изменение в силе и характере действующего раздражителя, замечаемого человеком. Благодаря этому порогу мы постоянно улавливаем небольшие изменения параметров

мента), и на психические состояния и познавательные, эмоциональные, волевые психические процессы.

Направленность наряду с доминирующими мотивами имеет и иные формы протекания: ценностные ориентации, привязанности, симпатии (антипатии), вкусы, склонности. Она проявляется не только в различных формах, но и в различных сферах жизнедеятельности человека.

Направленность личности характеризуется уровнем зрелости, широтой, интенсивностью, устойчивостью и действенностью.

Особенности направленности личности.

1. Социальная значимость отношений личности уровень их общественной ценности – нравственность ее повседневного поведения.

2. Разнообразие потребностей личности, широта ее интересов и определенность центральных стержневых интересов – целеустремленность личности.

3. Степень устойчивости отношений – последовательность и принципиальность личности, или цельность личности.

Среди ценностей имеются ценности базовые, фундаментальные для данной группы людей, есть и сверхценности. Свобода личности, свобода народа, жизнь близких людей, честь и достоинство – сверхценностей, которые для очень многих людей значат больше, чем собственная жизнь.

Но люди иногда недооценивают объективно значимые ценности или, наоборот, придают повышенную значимость ценностям конъюнктурным, престижным, модным. Существуют и мнимые сверхценности. При крушении сверхценности, например любви или престижа, легко возникает то, что в психиатрии зовется «депрессивной заслонкой», теряется ощущение смысла жизни».

Благодаря своей направленности люди способны преодолевать препятствия, проявлять усилия и идти своим курсом. Но этот курс всегда лежит в пределах определенных социальных отношений, социальных ценностей.

Итак, поведение личности определяется ее направленностью. Направленность личности определяет всю систему ее побуждений, систему ее стратегических и тактических целей.

Деятельность личности направляется этими целями. Но если цель – основание деятельности, то основание самой цели лежит вне деятельности – в системе человеческих потребностей.

Потребности личности

Предпосылкой того или иного поступка, источником деятельности человека является потребность. Люди осуществляют различные виды деятельности, не пренебрегая ими, а нуждаясь в их результатах.

Условия, необходимые для жизни и развития человека, делятся на три группы: а) условия для жизни и развития человека как естественного организма (естественные или органические потребности); б) условия для жизни и развития человека как индивидуума (условия для общения, познания, труда); в) условия для жизни и развития данного человека как личности,

ров внешней и внутренней среды: степень освещенности, увеличение или уменьшение силы звука, вибрации. Пороги всех ощущений индивидуально для каждого человека, их характеристики предопределены генетически, от- носительно стабильны, хотя и испытывают большие возрастные колебания.

3. Оперативный порог различимости сигналов - точность и скорость различения достигают максимума. Он в 10-15 раз выше дифференциально- го порога.

4. Интенсивность ощущения прямо пропорциональна силе раздражи- теля (закон Вебера - Фехнера).

5. Временной порог – минимальная длительность воздействия раздражи- теля, необходимая для возникновения ощущений. Пространственный порог определяется минимальным размером едва ощутимого раздражителя. Остро- та зрения - способность глаза различать мелкие детали предметов. Размеры предметов выражаются в угловых величинах, которые связаны с линейными размерами по формуле $1d \text{ а} / 2 = \pi / 21$, где а – угловой размер объекта, И – ли- нейный размер, Е-расстояние от глаза до объекта. У людей с нормальным зре- нием пространственный порог остроты зрения равен 1 угл. мин, минимально допустимые размеры элементов отображения, предъявляемые человеку долж- ны быть на уровне оперативного порога не менее 15 угл. мин (для предметов простой формы). Для сложных предметов, опознание которых ведется по внешним и внутренним признакам не менее 30–40. Объем зрительного вос- приятия - число объектов, которые может охватить человек в течение одно- го взгляда (при предъявлении не связанных объектов – 4-8 элементов).

6. Латентный период реакции – промежуток времени от момента пода- чи сигнала до момента возникновения ощущения. После окончания воздей- ствия раздражителя зрительные ощущения исчезают не сразу, а постепенно (инерция зрения = 0,1-0,2 сек). Поэтому время действия сигнала и интервал между появляющимися сигналами должны быть не меньше времени сохра- нения ощущений, равного 0,2-0,5 сек. Иначе замедляется скорость и точ- ность реагирования, поскольку во время прихода нового сигнала в зритель- ной системе человека еще будет оставаться образ предыдущего сигнала.

7. Органы чувств могут менять свои характеристики, приспособлива- ясь к изменившимся условиям адаптации ощущений. Например, при пере- ходе от света к темноте и обратно, чувствительность глаза к различным раздражителям меняется в 10-ки раз. Полная зрительная адаптация может занять 40 минут, может исчезать или вновь появляться ощущение цвета: при адаптации к темноте цветное зрение исчезает, при адаптации к свету в начале воспринимаются ярко-голубые цвета, а затем оранжево-красные. Чувствительность меняется при этом на несколько порядков. Пребывание в абсолютной темноте повышает чувствительность к свету за 40 минут в 20 тысяч раз. Скорость и полнота адаптации разных сенсорных систем не оди- накова: высокая адаптируемость – при обонянии, в тактильных ощущениях и медленная – зрительная и слуховая адаптация. Наименьшая степень адап- тации – боль (это сигнал об опасных нарушениях в работе организма, быстрая адаптация болевых ощущений могла бы грозить ему гибелью).

психического развития ребенка. 2-я стадия раннего детства связана с фор- мированием автономии и независимости, ребенок начинает ходить; обще- ство и родители приучают ребенка к аккуратности, опрятности, начинают стыдить за «мокрые штанишки». В возрасте 3-5 лет, на 3-й стадии ребенок уже убежден, что он личность, так как он бегает, умеет говорить, у ребенка формируется чувство предпринимчивости, которое закладывается в игре. С помощью игры ребенок осваивает отношения между людьми, развивает свои психологические возможности: волю, память, мышление и пр. Но если родители сильно подавляют ребенка, не уделяют внимания его играм, то это отрицательно сказывается на развитии ребенка, способствует закреплению пассивности, неуверенности, чувству вины. В младшем школьном воз- расте(4-я стадия) школа приобщает ребенка к знаниям о будущей деятель- ности. Если ребенок успешно овладевает знаниями, новыми навыками, он верит в свои силы, уверен, спокоен, но неудачи в школе приводят к появле- нию, а порой и к закреплению чувства своей неполноценности, неверия в свои силы, отчаяния, потери интереса к учебе. В подростковом возрасте (5- я стадия) формируется центральная форма эгоидентичности. Бурный фи- зиологический рост, половое созревание, озабоченность тем, как он выгля- дит перед другими, необходимость найти свое профессиональное призва- ние, способности, умения. На 6-й стадии (молодость) – актуальным стано- вится поиск спутника жизни, тесное сотрудничество с людьми, укрепление связей со всей социальной группой, человек не боится обезличивания, он смешивает свою идентичность с другими людьми, появляется чувство бли- зости, единства, сотрудничества, интимности с определенными людьми. Но если диффузия идентичности переходит на этот возраст, человек замыка- ется, закрепляется изоляция, одиночество. 7-я - центральная стадия - взрос- лый этап развития личности. Развитие идентичности идет всю жизнь, идет взаимодействие со стороны других людей, особенно детей: они подтверждают, что ты им нужен. Положительные симптомы этой стадии: личность вклад- ывает себя в хороший, любимый труд и заботу о детях удовлетворен собой и жизнью. После 50 лет (8-я стадия) происходит создание завершенной формы эгоидентичности на основе всего пути развития личности, человек переосмысливает всю свою жизнь, осознает свое «Я» в духовных раздумь- ях о прожитых годах. Человек должен понять, что его жизнь – это неповто- римая судьба, которую не надо переделывать, проявляет мудрость.

7.2. Понятие направленности личности.

Потребности и мотивация личности

Ведущий компонент структуры личности, основное системообразую- щее качество личности – направленность личности – система устойчивых мотивов (доминирующих потребностей, интересов, склонностей, убежде- ний, идеалов, мировоззрения), определяющая поведение личности в изме- няющихся внешних условиях..

Направленность оказывает организующее влияние не только на компо- ненты структуры личности (например, на нежелательные черты темпера-

Виды ощущений

Классификация ощущений: 1) по наличию или отсутствию непосредственного контакта с раздражителем, вызывающим ощущение; 2) по месту расположения рецепторов; 3) по времени возникновения в ходе эволюции; 4) по модальности (виду) раздражителя.

По наличию или отсутствию непосредственного контакта рецептора с раздражителем, вызывающим ощущение, выделяют дистантную (зрение, слух, обоняние - ориентировка в ближайшей среде) и контактную (вкусовые, болевые, тактильные ощущения) рецепцию.

Наиболее древняя – органическая (прежде всего болевая) чувствительность, затем появились контактные (тактильная) формы. И самые эволюционно молодые - слуховые и зрительные системы рецепторов.

По модальности раздражителя ощущения делят на зрительные (85% информации), слуховые, обонятельные, вкусовые, тактильные, статические и кинестетические, температурные, болевые, жажды, голода.

Зрительные ощущения возникают в результате воздействия световых лучей (электромагнитных волн) на чувствительную часть глаза – сетчатку, являющуюся рецептором зрительного анализатора. Свет воздействует на находящиеся в сетчатке светочувствительные клетки двух типов – палочки и колбочки. Благодаря слуховым ощущениям (дистантные) человек слышит речь, общается с другими людьми. Раздражителями для этих ощущений являются звуковые волны – продольные колебания частиц воздуха, распространяющиеся во все стороны от источника звука. Орган слуха человека реагирует на звуки в пределах от 16 до 20 000 колебаний в секунду. Слуховые ощущения отражают высоту звука, которая зависит от частоты колебания звуковых волн; громкость, которая зависит от амплитуды их колебаний; тембр звука – формы колебаний звуковых волн. Все слуховые ощущения можно свести к трем видам – речевые, музыкальные, шумы. К слуховым ощущениям примыкает вибрационная чувствительность. Вибрационные ощущения отражают колебания упругой среды. Этот вид чувствительности называют «контактным слухом». Специальных вибрационных рецепторов у человека не обнаружено. Отражать вибрации внешней и внутренней среды могут все ткани организма. У человека вибрационная чувствительность подчинена слуховой и зрительной. Обонятельные ощущения (дистантные) отражают запахи окружающих нас предметов. Органами обоняния являются обонятельные клетки расположенные в верхней части носовой полости. Вкусовые ощущения вызываются действием на вкусовые рецепторы веществ, растворенных в слюне или воде. Вкусовые рецепторы – вкусовые почки, расположенные на поверхности языка, глотки, неба различают ощущения сладкого, кислого, соленого, горького. Кожные ощущения. В кожных покровах имеется несколько анализаторных систем; тактильная (ощущения прикосновения), температурная (ощущения холода и тепла), болевая. Система тактильной чувствительности неравномерно распределена по всему телу. Но более всего скопление тактильных клеток наблюдается на ладони,

личности являются социальные роли, а также субъективное «Я», то есть созданное под влиянием воздействия других представлений о собственной особе, и отраженное «Я», то есть комплекс представлений о себе, созданных из представлений других людей о нас самих.

Личность – прижизненно формирующийся и индивидуально своеобразная совокупность черт, определяющих образ (стиль) мышления данного человека, строй ее чувств и поведения.

В основе личности лежит ее структура – связь и взаимодействие относительно устойчивых компонентов (черт) личности: способностей, темперамента, характера, волевых качеств, эмоций и мотивации.

Низшим уровнем личности является биологически обусловленная подструктура, в которую входят возрастные, половые свойства психики, врожденные свойства типа нервной системы и темперамента. Следующая подструктура включает себя индивидуальные особенности психических процессов человека, т.е. проявления памяти, восприятия, ощущений, мышления, способностей, зависящих как от врожденных факторов, так и от тренировки и развития этих качеств. Далее, уровнем личности является также ее индивидуальный социальный опыт, в который входят приобретенные человеком знания, навыки, умения и привычки (формируется преимущественно в процессе обучения, имеет социальный характер). Высшим уровнем личности является ее направленность, включающая влечения, желания, интересы, склонности, идеалы, взгляды, убеждения человека, его мировоззрение, особенности характера, самооценки. Эта подструктура наиболее социально обусловлена, формируется под влиянием воспитания в обществе.

На каждой из подструктур у различных людей имеются различия убеждений и интересов, опыта и знаний, способностей и умений, темперамента и характера.

Периодизация развития личности

Существует свой особый стиль воспитания в каждой социокультуре, он определяется тем, чего ожидает общество от ребенка. На каждой стадии своего развития ребенок либо интегрируется с обществом, либо отторгается. Эрикссон ввел понятие «групповая идентичность», которая формируется с первых дней жизни, ребенок направлен на включение в социальную группу, начинает понимать мир, как эта группа. Но постепенно у него формируется и «эгоидентичность», чувство устойчивости и непрерывности своего «Я», несмотря на то, что идут многие процессы изменения. Формирование эгоидентичности – длительный процесс, он включает стадии развития личности.

На стадии младенчества главную роль в жизни ребенка играет мать, она кормит, ухаживает, дает ласку, заботу, в результате у ребенка возникает базовое доверие к миру. Базовое доверие проявляется в хорошем сне ребенка, нормальной работе кишечника, умении ребенка спокойно ждать мать. Динамика развития доверия зависит от матери. Сильно выраженный дефицит эмоционального общения с младенцем приводит к резкому замедлению

использованием мантры), психофизическая тренировка (аутотренинг). Термин «гипноз» имеет два значения: а) временное состояние сознания, связанное с сужением его объема и резким сосредоточением на содержании внушения, с изменением индивидуального контроля и самосознания; б) техника воздействия на индивидуума с целью сузить поле сознания и подчинить его контролю гипнозиста, внушения которого он будет выполнять.

Аутогипноз – психическое состояние, вызванное самовнушением. Под гипнотизацией понимается возбуждение гипнотического состояния путем внушения или самовнушения. Внушение может быть прямым (императивным) и косвенным, преднамеренным и непреднамеренным, полученным в бодрствующем состоянии, в гипнотическом состоянии, в естественном сне, в постгипнотическом состоянии.

В гипнотическом состоянии выявляется много общего со сном и медитацией, т.к. оно достигается путем уменьшения притока сигналов к мозгу. Внешне действия загипнотизированного могут создать впечатление его отказа от собственного здравого смысла. Но при отсутствии у испытуемого абиллии (патологического безволия) никогда нельзя добиваться, чтобы он под гипнозом совершил действие или бездействие, которые он не одобрил бы в нормальном состоянии.

Эйфория – психическое состояние, проявляющееся в повышенном радостном настроении, это состояние благодушия, не соответствующее объективным обстоятельствам. При эйфории наблюдается мимическое и пантомимическое оживление, психомоторное возбуждение. Дисфория – противоположное эйфории психическое состояние, проявляющееся в пониженном настроении с раздражительностью, озлобленностью, мрачностью, повышенной чувствительностью к поведению окружающих, со склонностью к агрессивности. Наиболее характерна при органических заболеваниях головного мозга, эпилепсии, при некоторых формах психопатий. Дисфория патологическое состояние.

Ятрогения (внушенная болезнь) – отрицательное психическое состояние, возникающее в результате ненамеренного внушающего воздействия врача на пациента (при неосторожном комментировании особенностей его болезни), способствующее возникновению неврозов.

7. ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ

7.1. Понятие и структура личности

В широком плане личность человека является интегральной целостностью биогенных, социогенных и психогенных элементов.

Биологическая основа личности охватывает нервную систему, систему желез, процессы обмена веществ (голод, жажда, половой импульс), половые различия, анатомические особенности, процессы созревания и развития организма.

Социальное измерение личности зависит от влияния культуры и структуры общностей, в которых человек был воспитан. Важными слагаемыми

на кончиках пальцев и на губах. Тактильные ощущения руки, объединяясь с мышечно-суставной чувствительностью, образуют осязание. Если прикоснуться к поверхности тела, затем надавить на него, то давление может вызвать болевое ощущение. Тактильная чувствительность дает знания о качествах предмета, а болевые ощущения сигнализируют организму о необходимости отдалиться от раздражителя и имеют яркий эмоциональный тон. Третий вид кожной чувствительности – температурные ощущения – регулирование теплообмена между организмами окружающей средой. Распределение тепловых и холодовых рецепторов на коже неравномерно. Наиболее чувствительна к холоду спина, наименее – грудь. О положении тела в пространстве сигнализируют статические ощущения. Рецепторы статической чувствительности расположены в вестибулярном аппарате внутреннего уха. Резкие изменения положения тела относительно земли могут приводить к головокружению. Особое место занимают интероцептивные (органические) ощущения, которые возникают от рецепторов, расположенных во внутренних органах и сигнализируют об их функционировании. Эти ощущения образуют органическое чувство (самочувствие) человека. К ним относят чувство голода, жажды, насыщения, комплексы болевых и половых ощущений.

3.2. Понятие о восприятии

Если в результате ощущения человек получает знания об отдельных свойствах, качествах предметов (что-то горячее обожгло, что-то яркое блеснуло впереди, и т.д.), то восприятие дает целостный образ предмета или явления. Оно предполагает наличие разнообразных ощущений и протекает вместе с ощущениями, но не может быть сведено к их сумме.

Прием и переработка человеком поступившей через органы чувств информации завершается появлением образов предметов или явлений. Процесс формирования этих образов называется восприятием (иногда употребляется также термин «перцепция», «перцептивный процесс»).

Восприятием называют психический процесс отражения предметов и явлений действительности в совокупности их различных свойств и частей при непосредственном воздействии их на органы чувств. Восприятие – это отражение комплексного раздражителя.

Выделяется четыре уровня перцептивного действия: обнаружение, различение, идентификация и опознание. Первые два относятся к перцептивным, последние – к познавательным действиям.

Обнаружение – исходная фаза развития любого сенсорного процесса. На этой стадии субъект может ответить лишь на простой вопрос, есть ли стимул. Следующая операция восприятия – различение или собственно восприятие. Конечный результат ее – формирование перцептивного образа эталона. При этом развитие перцептивного действия идет по линии выделения специфического сенсорного содержания в соответствии с особенностями предъявляемого материала и стоящей перед субъектом задачи.

Когда перцептивный образ сформирован, возможно, осуществление опознавательного действия. Для опознания обязательны сличение и идентификация.

Идентификация есть отождествление непосредственно воспринимаемого объекта с образом, хранящимся в памяти, или отождествление двух одновременно воспринимаемых объектов. Опознание включает также категоризацию (отнесение объекта к определенному классу объектов, воспринимающихся ранее) и извлечение соответствующего эталона из памяти.

Таким образом, восприятие представляет собой систему перцептивных действий, овладение ими требует специального обучения и практики.

В зависимости от того, в какой степени целенаправленна, будет деятельность личности, восприятие разделяют на непреднамеренное (непроизвольное) и преднамеренное (произвольное).

Непреднамеренное восприятие может быть вызвано как особенностями окружающих предметов (их яркостью, необычностью), так и соответствием этих предметов интересам личности. В непреднамеренном восприятии нет заранее поставленной цели. В нем отсутствует волевая активность, поэтому оно называется непроизвольным. Идя, например, по улице, мы слышим шум машин, разговоры людей, видим витрины магазинов, воспринимаем различные запахи и многое другое.

Преднамеренное восприятие с самого начала регулируется задачей - воспринимать тот или иной предмет или явление, ознакомиться с ним (например, слушание доклада, просмотр выставки). Оно может быть включено в какую-либо деятельность, но может выступать как самостоятельная деятельность - наблюдение.

Наблюдение – это произвольное планомерное восприятие, которое осуществляется с определенной, ясно осознанной целью с помощью произвольного внимания. Наблюдатель должен иметь ясную и четкую задачу. Существенную роль играет дробление задачи, постановка частных, более конкретных задач.

Если человек систематически упражняется в наблюдении, совершенствует культуру наблюдения, то у него развивается такое свойство личности, как наблюдательность.

Наблюдательность заключается в умении подмечать характерные, но малозаметные особенности предметов и явлений. Она приобретается в процессе систематических занятий любимым делом и поэтому связана с развитием профессиональных интересов личности.

Взаимосвязь наблюдения и наблюдательности отражает взаимосвязь между психическими процессами и свойствами личности.

Основные свойства восприятия

Одну и ту же информацию люди воспринимают по-разному, субъективно, в зависимости от своих интересов, потребностей, способностей и т. п. Восприятие зависит от прошлого опыта, от содержания психической

Шизоидные психопаты – высокочувствительны, ранимы, но эмоционально ограничены, деспотичны, неуклюжи. Педантичны и аутичны отчуждены. У них отсутствует эмоциональный резонанс к переживаниям других людей. Их социальные контакты затруднены. Они холодны, жестоки и бесцеремонны; их внутренние побуждения малопонятны и нередко обусловлены сверхценными для них ориентациями.

Психопаты возбудимого и истерического типа особенно склонны к полному извращению.

Психопатические черты личности формируются при крайностях в методах воспитания – угнетение, подавление, принижение формируют подавленный, тормозной тип личности. Систематическая грубость, насилие содействуют формированию агрессивного типа личности. Истерический тип личности формируется при обстановке всемерного обожания и восхищения, исполнения всех капризов и прихотей психопатоподобного индивида.

6.4. Специфические состояния психики человека

Традиционно психологи выделяют два периодических состояния сознания, присутствующих всем людям бодрствования - состояние, характеризующееся активным взаимодействием человека с внешним миром, и сон - состояние, рассматриваемое прежде всего как период отдыха. В зависимости от комплекса вегетативных, моторных и электроэнцефалографических показателей выделяют уровни бодрствования: крайний уровень напряжения, активное бодрствование, спокойное бодрствование. Сон относится к так называемым измененным состояниям сознания, полностью отрезающим человека от физического и социального окружения. Различают две основные чередующиеся фазы сна: «медленный» («медленного» сна на последней его стадии («парадоксальный») сон. В фазе «медленного» сна на последующей его стадии (глубокого сна) возможно возникновение сомнамбулизма (снохождения, «лунатизма») - состояния, связанного с неосознаваемым поведением, осуществляемым при переходе от сна к гипнозоподобному состоянию, а также сногворения и ночных кошмаров у детей. После «быстрого» сна индивид, как правило, вспоминает о сновидениях. На «быстрый» сон приходится 20% всего периода сна.

Под медитацией в психологии понимаются два явления: во-первых, измененное, по желанию индивида, особое состояние сознания, связанное с замедлением деятельности мозга путем концентрации внимания на каком-либо объекте или мысли, а, во-вторых, техника достижения такого состояния. В состоянии медитации субъект получает реальное удовлетворение, прежде всего из-за наступления релаксации (уменьшения напряжения, расслабления, снятия стресса). Возможно наступление и того, что у буддистов называется нирваной – состояния высшей безмятежности, спокойствия слияния души со Вселенной.

Техники медитаций: йога (древнеиндийская), зазен (японская), дервиш-турнеров (мусульмане-проповедники), трансцендентная медитация (с

ноценности с остро негативными условиями внешней среды. У психопатов возникает дисгармоничность эмоционально-волевой сферы при относительной сохранности интеллекта. Психопатам не присущи необратимые дефекты личности. При благоприятных условиях психические аномалии сглаживаются. Однако во всех психически трудных для них ситуациях неизбежна реакция срыва.

Разновидности психопатии: астеническая, возбудимая (взрывная), истерическая, паранойяльная и шизоидная психопатия.

Психастенические психопаты отличаются повышенным уровнем тревожности, боязливостью, дезадаптированностью в психически напряженных ситуациях. Их жизненные планы огорваны от реальных условий жизни, они склонны к болезненному мудрствованию, застойному самокопанию (любят «пилить опилки»), навязчивым идеям. Для психастеников характерны функциональный перевес второй сигнальной системы и слабость подкорковых систем, общая энергетическая ослабленность высшей нервной деятельности, слабость наиболее хрупкого тормозного процесса.

Возбудимые (взрывчатые) психопаты раздражительны, пребывают в состоянии психического напряжения, взрывная эмоциональная реактивность, доходящая до приступов ярости. Для них характерны повышенная требовательность к окружающим, крайний эгоизм и себялюбие, недоверчивость. Они часто впадают в состояние дисфории – злобной тоски. Они упрямы, конфликтны, мелочно придирчивы и властны. В общении грубы, а в гневе – крайне агрессивны, способны нанести жестокие побои. Их аффективное поведение происходит на фоне суженного сознания. В некоторых случаях злобность и взрывчатость смещаются в сторону застойных влечений (пьянство, бродяжничество, азартные игры, сексуальные извращения).

Истерические психопаты отличаются жадой признания. Они стремятся к внешнему проявлению своей значительности, демонстрации своего превосходства. Их тяга к преувеличениям часто граничит с лживостью, а восторги и оторчения проявляются бурно и экспрессивно (театральные жесты, рыдания и громкий продолжительный смех, восторженные объятия и обиды «на всю жизнь»). Стратегия их жизни – быть в центре внимания любыми средствами – безудержным фантазированием, постоянной ложью (патологические лгуны и мифоманы). Их психика незрела, инфантильна. В нейрофизиологическом плане у них преобладают первая сигнальная система, деятельность правого полушария. Их непосредственные впечатления настолько ярки, что подавляют критичность мышления.

Паранойяльные психопаты (параноики) отличаются повышенной склонностью к «сверхценным идеям». У них узкое мышление, односторонность интересов, повышенные самомнения, эгоцентризм, подозрительность. Низкая пластичность психики делает их поведение конфликтным, они постоянно в борьбе с мнимыми врагами. Основная их направленность – «изобретательство» и «реформаторство». Непризнание их заслуг приводит к постоянным столкновениям со средой.

деятельности человека. Эта особенность называется апперцепцией. Когда мозг получает неполные, неоднозначные или противоречивые данные, он обычно интерпретирует их в соответствии с уже сложившейся системой образов, знаний, содержания и задач выполняемой деятельностью, индивидуально-психологических различий (по потребностям, склонностям, мотивам, эмоциональным состояниям). Фактор апперцепции объясняет значительные различия при восприятии одних и тех же явлений различными людьми или одними тем же человеком в разных условиях и в разное время.

Свойства восприятия:

1. Целостность, т.е. восприятие, есть всегда целостный образ предмета. Однако способность целостного зрительного восприятия предметов не является врожденной, об этом свидетельствуют данные о восприятии людей, которые ослепли в младенчестве и которым возвратили зрение в зрелые годы: в первые дни после операции они видели не мир предметов, а лишь расплывчатые очертания, пятна различной яркости и величины, т.е. были одиночные ощущения, но не было восприятия, не видели целостные предметы. Постепенно, через несколько недель, у этих людей формировалось зрительное восприятие, но оно оставалось ограничено тем, что они узнали ранее путем осязания. Таким образом, восприятие формируется в процессе практики, т.е. восприятие – система перцептивных действий, которыми надо овладеть.

2. Константность восприятия – благодаря ей мы воспринимаем окружающие предметы как относительно постоянные по форме, цвету, величине и т.п. Источником константности восприятия являются активные действия перцептивной системы (системы анализаторов, обеспечивающих акт восприятия). Многократное восприятие одних и тех же объектов при разных условиях позволяет выделить относительно постоянно инвариантную структуру воспринимаемого объекта. Константность восприятия – не врожденное свойство, а приобретенное. Нарушение константности восприятия происходит, когда человек попадает в незнакомую ситуацию.

3. Структурность восприятия – восприятие не является простой суммой ощущений. Мы воспринимаем фактически абстрагированную из этих ощущений обобщенную структуру. Например, слушая музыку, мы воспринимаем не отдельные звуки, а мелодию, и узнаем ее, если ее исполняет оркестр, либо один рояль, или человеческий голос, хотя отдельные звуковые ощущения различны.

4. Осмысленность восприятия – восприятие тесно связано с мышлением, с пониманием сущности предметов.

5. Избирательность восприятия – проявляется в преимущественном выделении одних объектов по сравнению с другими. Швейцарским психологом Роршахом было установлено, что даже бессмысленные чернильные пятна всегда воспринимаются как что-то осмысленное (собака, облако, озеро) и только некоторые психические большие склонны воспринимать случайные чернильные пятна как таковые. То есть восприятие протекает как

динамический процесс поиска ответа на вопрос: «Что это такое?»»

Нарушение восприятия

При резком физическом или эмоциональном переутомлении иногда происходит повышение восприимчивости к обычным внешним раздражителям. Дневной свет вдруг ослепляет, окраска окружающих предметов делается необычно яркой. Звуки оглушают, хлопанье двери звучит как выстрел, звон посуды становится невыносимым. Запахи воспринимаются остро, вызывая сильное раздражение. Прикасающиеся к телу ткани кажутся шероховатыми и грубыми. Эти изменения восприятия называются гипертезией. Противоположное ей состояние – гипостезия, которая выражается в понижении восприимчивости к внешним стимулам и связана с умственным переутомлением. Окружающее становится неярким, неопределенным, утрачивает чувственную конкретность. Предметы словно лишаются красок, все выглядит блеклым и бесформенным. Звуки доносятся глухо, голоса окружающих утрачивают интонации. Все кажется малоподвижным, застывшим.

Галлюцинациями обычно называют восприятия, возникшие без наличия реального объекта (видения, призраки, мнимые звуки, голоса, запахи). Галлюцинации являются, как правило, следствием того, что восприятие оказывается насыщенным не внешними действительными впечатлениями, а внутренними образами. Человеком, находящимся во власти галлюцинаций, они переживаются как истинно воспринимаемое, т.е. люди во время галлюцинирования действительно видят, слышат, обоняют, а не воображают или представляют.

Наибольший интерес вызывают обычно зрительные галлюцинации, отличающиеся необычным многообразием: видения могут быть бесформенными (пламя, дым, туман) или, наоборот, казаться более четкими, нежели образы реальных предметов. Величина видений также характеризуется большой амплитудой; бывает как уменьшенные, так и увеличенные, гигантские. Зрительные галлюцинации могут быть и бесцветными, но гораздо чаще у них естественная или крайне интенсивная окраска, обычно ярко-красная или синяя. Видения могут быть подвижными или неподвижными, не меняющегося содержания (стабильные галлюцинации) и постоянно меняющиеся в виде разнообразных событий, разыгрывающихся как на сцене или в кино (сценноподобные галлюцинации). Возникают одиночные образы (одиночные галлюцинации), части предметов, тела (один глаз, половина лица, ухо), толпы людей, стаи зверей, насекомые, фантастические существа. Содержание зрительных галлюцинаций оказывает очень сильное эмоциональное влияние: может пугать, вызывать ужас или, напротив, интерес, восхищение, даже преклонение.

От галлюцинаций следует отличать иллюзии, т.е. ошибочные восприятия реальных вещей или явлений. Обязательное наличие подлинного объекта, хотя и воспринимаемого ошибочно, – главная особенность иллюзий, обычно разделяемых на аффективные, вербальные (словесные) и переидолические.

Аффективные (аффект – кратковременное, сильное эмоциональное возбуждение) иллюзии чаще всего обусловлены страхом или тревогой, подавленным настроением. В этом состоянии даже висящая на вешалке одежда мо-

влениях, представлениях и навязчивых мушкетерах.

Навязчивые чувства страха называются фобиями. Фобии сопровождаются вегетативными дисфункциями (потливость, учащенность пульса) и неадекватным поведением. Человек при этом осознает навязчивость своих страхов, но не может от них освободиться.

Фобии многообразны: нозофобия – страх различных заболеваний (канцерофобия, кардиофобия), клаустрофобия – боязнь закрытых помещений, агорафобия – боязнь закрытых пространств, айхмофобия – боязнь острых предметов, ксенофобия – боязнь всего чужого, социофобия – страх общения, логофобия – страх речевой деятельности в присутствии других людей.

Навязчивые представления – персеверации (упорство) – это циклическое непроизвольное воспроизведение двигательных и сенсорно-перцептивных образов (это то, что помимо нашего желания «лезет в голову»).

Навязчивые влечения – непроизвольные нецелесообразные стремления (читать слова наоборот).

Навязчивое мушкетерство – навязчивые размышления о второстепенных вопросах, бессмысленных проблемах («какая рука была бы правой, если бы у человека было четыре руки?»).

При неврозе навязчивых движений индивид теряет контроль за своими манерами, совершает неуместные действия (шмыгает носом, почесывает затылок, допускает неуместные ужимки, гримасы).

Наиболее распространенный вид навязчивых состояний – навязчивые сомнения (выключен ли утюг?).

В ряде остро критических ситуаций при доминировании в сознании определенной опасности возникают навязчивые побуждения к контрастным действиям «противоположным тем, которые диктуются ситуацией (желание сделать движение вперед, стоя на краю пропасти).

Навязчивые состояния возникают у людей со слабым типом нервной системы, при ослаблении их психики. Некоторые навязчивые состояния могут быть крайне устойчивыми и криминальными.

Существуют навязчивые состояния, вызывающие неадекватность поведения.

При навязчивой боязни неудачи человек оказывается неспособным совершить те или иные действия (некоторые формы заикания, полового бессилия).

При неврозах ожидания опасности человек, переживший испуг в определенной ситуации, начинает панически бояться всех аналогичных ситуаций.

Существуют невротические сценарии жизни, при которых остро переживаются давно прошедшие события.

6.3. Психопатия

Психопатия – врожденная или развившаяся в ранние годы аномалия личности, аномальность высшей нервной деятельности, психическая неполноценность личности.

Психопатия возникает на основе взаимодействия врожденной непол-

ных ценностей: при массовых катастрофах - пожарах, наводнениях, землетрясениях, кораблекрушениях, дорожно-транспортных происшествиях, физических и нравственных насилиях. В этих обстоятельствах возникает также гиперкинетическая или гипокинетическая реакция.

При гиперкинетической реакции возникает хаотичная двигательная активность, нарушается пространственная ориентация, совершаются бесконечные действия, человек «не помнит себя». Гипокинетическая реакция проявляется в возникновении ступора-обездвиженности и мутизма, (потери речи), наступает чрезмерная ослабленность мышц, возникает помрачение сознания и последующая амнезия. Следствием аффективно-шоковой реакции может быть и так называемый эмоциональный паралич – последующее индифферентное отношение к действительности.

Депрессивные психогенные реакции (реактивные депрессии) возникают обычно вследствие больших жизненных неудач, потери близких людей, краха больших надежд. Человек переживает горе, находится в состоянии глубокой печали, или депрессии. Травмирующее обстоятельство устойчиво доминирует в психике пострадавшего. Душевные муки нередко усугубляются самообвинением, «угрызением совести», навязчивой детализацией травмирующего события. В поведении человека могут возникнуть элементы пуррилизма (появление в речи и мимике взрослого человека особенностей, свойственных детскому возрасту) и псевдодеменции (приобретенного снижения интеллекта).

6.2. Невротические состояния – неврозы

Неврозы – это срывы нервно-психической деятельности: истерический невроз, неврастения и навязчивые состояния.

– Истерический невроз возникает психотравмирующих обстоятельствах преимущественно у лиц с патологическими чертами характера, с художественным типом высшей нервной деятельности. Повышенная тормозность коры у этих лиц обуславливает повышенную возбудимость подкорковых образований центров эмоционально-инстинктивных реакций. Истерический невроз часто встречается у лиц с повышенной внушаемостью и самовнушаемостью. Он выражается в излишней аффектации, длительном, неподдающемся контролю смехе, театральности, демонстративное поведения.

– Неврастения проявляется в ослаблении нервной деятельности, раздражительной слабости, повышенной утомляемости, истощении. Поведение индивида отличается несдержанностью, эмоциональной неустойчивостью, нетерпеливостью. Резко повышается уровень тревожности, беспокойства. Испытывая тревожность, неуверенность в себе, индивид ищет неадекватные средства гиперкомпенсации.

Ослабленность, истощенность нервной системы при неврозах сказывается в ослаблении ее интентирующей функции, отдельные проявления психики приобретают относительную самостоятельность; это приводит к навязчивым состояниям.

– Невроз навязчивых состояний выражается в навязчивых чувствах,

жет показаться грабителем, а случайный прохожий – насильником и убийцей. Вербальные иллюзии заключаются в ложном восприятии содержания реально происходящих разговоров окружающих.

Переядолические иллюзии обычно вызываются снижением тонуса психической деятельности, общей пассивности. Обычные узоры на обоях, трещины на стенах или на потолке воспринимаются как яркие картины, сказочные герои, необыкновенные растения.

3.3. Понятие о мышлении и классификация явлений мышления

Познавая и преобразуя мир, человек выявляет устойчивые, закономерные связи между явлениями. Закономерности, внутренние связи явлений отражаются в нашем сознании опосредованно – во внешних признаках явлений человек распознает признаки внутренних, устойчивых взаимосвязей. Замечая связи между явлениями, устанавливая всеобщий характер этих связей, человек действительно осваивает мир, рационально организует свое взаимодействие с ним. Он осуществляет мыслительную деятельность – обобщенную ориентацию в мире.

Мышление – психический процесс обобщенного и опосредованного отражения устойчивых, закономерных свойств и отношений действительности, существенных для решения познавательных проблем, схематической ориентации в конкретных ситуациях.

Мышление – продуктивно. Оно представляет собой способность ориентироваться в новых для нас данных, способность понимать их. В элементарной форме понимание проявляется уже при узнавании объектов, отнесении их к определенной категории. Понять что-либо – значит, включить новое в систему имеющихся связей.

Мышление – это, прежде всего осознание и понимание не конкретных, а общих свойств и закономерностей, которые прямо, непосредственно («наглядно») человеку в его опыте не даны. Их надо осмыслить, как бы вывести или вычлениить. Следовательно мышление – это психологический процесс с открытием (возможно – субъективно, то есть для мыслящего) нового знания, решение проблем на основе переработки полученной информации.

Мышление тесно связано с речью. Мысль формулируется с помощью ее речевого формулирования. Речь подразделяется на внутреннюю и внешнюю. Внутренняя речь лишена фонации (звукопроизнесения): в ней используются специфические коды. Первоначально мысль зарождается в форме опорных речевых элементов.

Сформулировать мысль – значит объективизировать ее, облечь в общепонятные языковые значения. Отношение речи к мышлению – отношение формы к содержанию. Построение речи определяется законами грамматики, процесс мышления – законами всеобщих взаимосвязей.

Классификация явлений мышления:

Мыслительная деятельность – система мыслительных действий, операций, направленных на решение определенной задачи.

Мыслительные операции: сравнение, обобщение, абстракция, классификация, систематизация и конкретизация.

Формы мышления: суждение, умозаключение, понятие.

Виды мышления: практически-действенное, наглядно-образное и теоретическо-абстрактное.

По содержанию: практическая, научная и художественная мыслительная деятельность.

По операционной структуре: алгоритмическое, осуществляемое по заранее известным правилам, и эвристическое, творческое решение нестандартных задач.

Все мыслительные акты совершаются на основе взаимодействия анализа и синтеза.

Развитие мышления в персонотенезе

Развитие мышления ребенка происходит постепенно. Поначалу оно определяется развитием манипулирования предметами. Манипулирование, которое вначале не имеет осмысленности, затем начинает определяться объектом, на который оно направлено, и приобретает осмысленный характер.

Интеллектуальное развитие ребенка осуществляется в ходе его предметной деятельности и общения. Наглядно-действенное, наглядно-образное и словесно-логическое мышление – последовательные ступени интеллектуального развития. Генетически наиболее ранняя форма мышления наглядно-действенное мышление, первые проявления которого у ребенка можно наблюдать 1-2 года жизни, еще до овладения им активной речью.

В своем становлении мышление проходит две стадии: допонятийную и понятийную. Допонятийное мышление – это начальная стадия развития мышления у ребенка, когда его мышление имеет другую, чем у взрослых, организацию; суждения детей – единичные, о данном конкретном предмете. При объяснении чего-либо все сводится ими к частному, знакомому. Большинство суждений – суждения по сходству, потому что в этот период в мышлении главную роль играет память. Самая ранняя форма доказательства пример. Убеждая ребенка или что-либо, объясняя ему, необходимо подкреплять свою речь наглядными примерами. Центральное особенностью допонятийного мышления является этоцентризм. Вследствие этоцентризма ребенок до 5 летнего возраста не может посмотреть на себя со стороны, не может правильно понять ситуации, требующие некоторого отращения от собственной точки зрения и принятия чужой позиции.

Этоцентризм обуславливает такие особенности детской логики, как: 1) нечувствительность к противоречиям, 2) синкретизм (тенденция связывать все со всем), 3) транслудция (переход от частного к частному, минуя общее), 4) отсутствие представления о сохранении количества.

При нормальном развитии наблюдается закономерная замена мышле-

свливающих замкнутость индивида, уход от контактов с людьми, гипертрофия одиночества, отверженности, противопоставленности окружающей социальной среде.

3. Повышенная возбудимость, импульсивность, гневливость, обидчивость, жестокость, склонность к конфликтным взаимодействиям, завывшенность самоооценок, эгоистичность

4. Повышенная конфликтность, слабохарактерность, интеллектуальная ограниченность, не критичность, умственная отсталость.

Для поведения лиц с психическими аномалиями характерны конфликтность, повышенная импульсивность, спонтанность побуждений, эффекты второй сигнальной системы, ослабленность механизма понятийно-мотивационной регуляции.

Лица с психическими аномалиями склонны в случае возникновения инцидента (противоречий в интересах) к усилению конфликта, усугублению исходной проблемной ситуации.

Непатологические психические аномалии деформируют внутрилличностные структуры.

Пониженная самооценка лиц с психическими аномалиями повышает их зависимость от внешних влияний, текущих обстоятельств.

Психические аномалии могут быть временными (реактивные состояния, неврозы) и устойчивыми личностными особенностями (психопатия, умственная отсталость).

Реактивные состояния

Реактивные состояния – это острые аффективные реакции, шокковые расстройства психики в результате психических травм. Реактивные состояния возникают как следствие одномоментных психотравмирующих воздействий, так и в результате продолжительного травмирования, а также если человек предрасположен к психическому срыву (слабый тип высшей нервной деятельности, ослабленность организма после болезни, длительное нервно-психическое напряжение).

С нейрофизиологической точки зрения, реактивные состояния являются срывом нервной деятельности в результате запредельного воздействия, вызывающего перенапряжение возбудительного или тормозного процесса, нарушение взаимодействия этих процессов. Одновременно происходит и гуморальные сдвиги – повышается выделение адреналина, возникает гиперликемия (повышается свертываемость крови), перестраивается вся внутренняя среда организма, регулируемая гипоталарно-надпочечной системой, изменяется деятельность ретикулярной системы (системы, обеспечивающей энергетическую функцию мозга). Нарушается взаимодействие сигнальных систем, возникает несогласованность функциональных систем, взаимодействия коры и подкорки.

Непатологические реактивные состояния подразделяются на аффективно-шоковые психические реакции и депрессивно-психогенные реакции.

Аффективно-шоковые психогенные реакции возникают в острых конфликтных ситуациях, содержащих угрозу для жизни или базовых личност-

7) в зависимости от причин, их вызывающих;
8) в зависимости от степени адекватности вызвавшей их объективной обстановки.

К устойчивым психическим состояниям личности относятся: 1) оптимальные кризисные состояния; 2) пограничные состояния (психопатия, неврозы, умственная отсталость); 3) психические состояния нарушенного сознания.

Все психические состояния связаны с нейродинамическими особенностями высшей нервной деятельности, взаимодействием левого и правого полушарий мозга, функциональными связями коры и подкорки, взаимодействием первой и второй сигнальных системы с особенностями психической саморегуляции каждого человека.

Пограничные психические состояния.

Общая характеристика

Психические состояния, смежные между нормой и патологией, называются пограничными состояниями. К таким состояниям относятся: реактивные состояния, неврозы, психопатоподобные состояния, задержки психического развития (умственная отсталость).

Для выявления перехода психики человека за грань психической нормы необходимо в общих чертах определить критерии нормы. Существенными характеристиками психической нормы являются следующие поведенческие особенности:

- адекватность (соответствие) поведенческих реакций внешним воздействиям;
- детерминированность поведения, его концептуальность, упорядоченность в соответствии с оптимальной схемой жизнедеятельности; согласованность целей, мотивов и способов поведения;
- соответствие уровня притязаний реальным возможностям индивида;
- оптимальное взаимодействие с другими людьми, способность к самокоррекции поведения в соответствии с социальными нормами.

Все пограничные состояния аномальны (отклоняющиеся), они связаны с нарушением какой-либо существенной стороны психической саморегуляции. Процесс психической саморегуляции осуществляется в единстве содрожательно-смысловых, генетических и нейродинамических процессов. И здесь возможны как разноуровневые вариации нормы, так и различные парциальные (частичные) аномалии саморегуляции.

При этом интеллект человека в основном сохраняется, но оказываются нарушенными отдельные регуляционные механизмы. Эти нарушения психической саморегуляции сводятся в основном к следующим особенностям.

1. Частая и быстрая смена настроений, недостаточность психоэнергетических возможностей индивида, повышенная нервно-психическая истощаемость, слабость нервной системы.
2. Ригидность, малоподвижность нервно-психических процессов, обу-

ния дополняющего, где компонентами служат конкретные образы, мышлением понятным (абстрактным), где компонентами служат понятия и применяются формальные операции.

Понятийное мышление приходит через ряд промежуточных этапов. Л.С. Выготский выделял пять этапов в переходе к формированию понятий. Первый (2-3 года) – синкретизм детского мышления. На втором этапе (4-6 лет) – наглядно-образное мышление. Связь мышления с практическими действиями хотя и сохраняется, но не является такой тесной, прямой и непосредственной, как раньше. Но еще необходимо наглядно представлять объект. Третий этап – младший школьный возраст (6-8 лет), когда ведущей деятельностью становится учение, направленное на усвоение понятий по различным предметам. Мышление является понятийно-конкретным. У подростков (9-12 лет) появляется понятийное мышление, однако еще несовершенно, поскольку первичные понятия сформированы на базе житейского опыта и не подкреплены научными данными. Совершенные понятия формируются на пятом этапе, в юношеском возрасте 14-18 лет, когда использование теоретических положений позволяет выйти за пределы собственного опыта. Совершается переход от понятийно-конкретного к абстрактно-понятийному мышлению.

Итак, мышление развивается от конкретных образов к совершенным понятиям, обозначенным словом. С возникновением новых форм мышления старые формы не только не исчезают, а сохраняются и развиваются.

Мыслительные операции

Мыслительная деятельность осуществляется в виде переходящих друг в друга мыслительных операций: сравнение, обобщение, абстракция, классификация, конкретизация. Мыслительные операции – это мыслительные действия.

Сравнение – мыслительная операция, раскрывающая тождество и различие явлений и их свойств, позволяющая провести классификацию явлений и их обобщение. Сравнение – элементарная первичная форма познания. Первоначально тождество и различие устанавливаются как внешние отношения. Но затем, когда сравнение синтезируется с обобщением, вскрываются все более глубокие связи и отношения, существенные признаки явлений одного класса. Сравнение лежит в основе стабильности нашего сознания, то дифференцированности (несмешиваемости понятий). На основе сравнения делаются обобщения.

Обобщение – свойство мышления и в тоже время центральная мыслительная операция. Обобщение может осуществляться на двух уровнях. Первый, элементарный уровень – соединение сходных предметов по внешним признакам (генерализация). Но познавательную подлинную ценность представляет собой обобщение второго, более высокого уровня, когда в группе предметов и явлений выделяются существенные общие признаки.

Мышление человека движется от факта к обобщению, от явления к

сущности. Благодаря обобщениям человек предвидит будущее, ориентируется в конкретном. Обобщение начинает возникать уже при образовании представлений, но в полной форме воплощается в понятии. При овладении понятием мы отвлекаемся от случайных признаков и свойств объектов и выделяем лишь их существенные свойства.

Элементарные обобщения совершаются на основе сравнений, а высшая форма обобщений – на основе вычлечения сущственно-общего, раскрытия закономерных связей и отношений, т.е. на основе абстракции.

Абстракция (от лат. – отвлечение) – операция отражения отдельных существенных в каком-либо отношении свойств явлений.

В процессе абстрагирования человек как бы «очищает» предмет от побочных признаков, загрудяющих его исследование в определенном направлении. Правильные научные абстракции отражают действительность глубже, полнее, чем непосредственные впечатления. На основе обобщения и абстракции осуществляются классификация и конкретизация.

Классификация – группировка объектов по существенным признакам. В отличие от классификации, основанием которой должны быть признаки, существенные в каком-либо отношении, систематизация иногда допускает выбор в качестве основания признаков мало существенных, но удобных в оперативном отношении.

На высшем этапе познания осуществляется переход от абстрактного к конкретному.

Конкретизация (от лат. – сращение) – познание целостного объекта в совокупности его существенных взаимосвязей, теоретическое воссоздание целостного объекта. Конкретизация – высший этап в познании объективного мира, теоретическое освоение действительности.

Формы мышления

Формальные структуры мыслей называются формами мышления. Различаются три формы мышления – понятие, суждение и умозаключение.

Понятие – форма мышления, в которой отражаются общие и при том существенные свойства одно родной группы предметов и явлений.

Каждый предмет, каждое явление имеют много различных свойств, признаков. Эти свойства, признаки можно разделить на две категории – существенные и несущественные.

Чем более существенные признаки предметов отражены в понятии, тем эффективнее организуется деятельность человека.

Понятие существует в виде значения слова, обозначается словом. Каждое слово обобщает. В понятиях наши знания о предметах и явлениях действительности кристаллизуются в обобщенном и отвлеченном виде. В этом отношении понятие существенно отличается от восприятия и представления памяти: восприятие и представление конкретны, образны, наглядны; понятие обладает обобщенным, абстрактным, не наглядным характером.

Восприятие и представление всегда есть отражение конкретного, единичного. Никто из нас никогда не видел и не может видеть книги вообще,

Психические состояния человека характеризуются целостностью, подвижностью и относительной устойчивостью, взаимосвязью с психическими процессами и свойствами личности, индивидуальным своеобразием и типичностью, крайним многообразием, поляризованностью.

Целостность психических состояний проявляется в том, что они характеризуются в определенном промежутке времени всю психическую деятельность в целом, выражают конкретное взаимоотношение всех компонентов психики. Подвижность психических состояний заключается в их изменчивости, в наличии стадий протекания (начало, определенная динамика и конец).

Психические состояния обладают относительной устойчивостью, их динамика менее выражена, чему психических процессов (познавательных, волевых, эмоциональных). При этом психические процессы, состояния и свойства личности теснейшим образом взаимосвязаны между собой. Психические состояния влияют на психические процессы, являясь фоном их протекания. В то же время они выступают в качестве «строительного материала» для формирования качеств личности, прежде всего качеств характера.

Под влиянием психических состояний, возникающих в ходе жизненных отношений, конфликтных ситуаций возможна также перестройка или даже ломка относительно устойчивых качеств личности.

Психические состояния отличаются крайним многообразием и поляризованностью. Полярность означает, что каждому психическому состоянию человека соответствует противоположное состояние (уверенность-неуверенность, активность-пассивность, фрустрация – толерантность и т.д.).

Для изучения и диагностики психических состояний большое значение имеет их классификация. Психические состояния человека можно классифицировать по таким основаниям:

1) в зависимости от роли личности и ситуации в возникновении психических состояний – личностные и ситуативные;

Ситуативные состояния характеризуются временным своеобразием протекания психической деятельности в зависимости от ситуационных обстоятельств. Они подразделяются на: а) общефункциональные, определяющие общую поведенческую активность человека; б) состояния психического напряжения в сложных условиях деятельности и поведении; в) конфликтные психические состояния.

2) в зависимости от доминирующих (ведущих) компонентов (если таковые явно выступают) – интеллектуальные, волевые, эмоциональные;

3) в зависимости от степени глубины-состояния (более или менее) глубины, либо поверхностные;

4) в зависимости от времени протекания – кратко временные, затяжные, длительные;

5) в зависимости от влияния на личность – положительные и отрицательные, стенические, повышающие жизнедеятельность, и астенические;

6) в зависимости от степени осознанности – состояния более или менее осознанные;

моторный и контрольно-корректирующий компонент.

В сложном волевом действии выделяют 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.

Борьба мотивов – столкновение противоречивых побуждений, между которыми предстоит сделать выбор.

На этапе осознания цели и стремления достичь ее борьба мотивов решается выбором цели действия, после чего напряжение, вызванное борьбой мотивов на этом этапе, ослабевает.

Этап «осознание ряда возможностей достижения цели» – это мыслительное действие, являющееся частью волевого действия, результат которого установление причинно-следственных отношений между способами выполнения волевого действия в имеющихся условиях и возможными результатами.

На 3 этапе возможные пути и средства достижения цели проходят обработку в сочетании с имеющейся у человека системой ценностей.

Этап борьбы мотивов и выбора – центральный в сложном волевом действии. Здесь, как и на этапе выбора цели, возможна конфликтная ситуация, связанная с тем, что человек принимает возможность легкого пути достижения цели, но в то же время в силу своих моральных чувств или принципов не может его принять.

Результатом разрешения этой ситуации является 5 этап – принятие одной из возможностей в качестве решения. Он характеризуется спадом напряжения, поскольку разрешается внутренний конфликт. Здесь уточняются средства, способы, последовательность их использования.

После этого начинается реализация намеченного на этапе осуществления принятого решения. Он не освобождает человека от необходимости прилагать волевые усилия, потому что практическое осуществление намеченной цели сопряжено с преодолением препятствий.

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

6. ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ

6.1. Понятие и классификация психических состояний

Психические состояния представляют собой целостные характеристики психической деятельности за определенный период времени. Сменяясь, они сопровождают жизнь человека в его отношениях с людьми, обществом. В любом психическом состоянии можно выделить три общих измерения: мотивационно-побудительное, эмоционально-оценочное и активационно-энергетическое.

дерева вообще, собаки вообще, даже человека вообще, так как нельзя представить себе предмета, абсолютно лишённого каких-либо индивидуальных признаков. А мыслить об этом можно.

Понятие – более развитая и всесторонняя форма познания, оно значительно шире и полнее отражает действительность, чем представление.

Суждение – определенное знание о предмете, утверждение или отрицание каких-либо его свойств, связей и отношений. Формирование суждения происходит как формирование мысли в предложении. Суждение – такое предложение, в котором утверждается взаимосвязь объекта и его свойства. Связь вещей отражается в мышлении как связь суждений. В зависимости от содержания отражаемых в суждении предметов и их свойств различаются следующие виды суждения: частное и общее, условное и категорическое, утвердительное и отрицательное.

Суждение раскрывает содержание понятий. Знать какой-нибудь предмет или явление – значит, уметь высказать о нем правильное и содержательное суждение, т.е. уметь судить о нем.

В суждении выражаются не только знания о предмете, но и субъективное отношение человека к этому знанию, различная степень уверенности в истинности этого знания.

Психологически ми аспекта ми суждения являются мотивация и целенаправленность суждений индивида.

Рассуждение – это работа мысли над суждением. Рассуждение является обособлением, если исходя из суждения, оно вскрывает посылки, которые обуславливают его истинность.

Рассуждение является умозаключением, если исходя из посылок, оно раскрывает систему суждений, следующую из них.

Умозаключение – такая форма мышления, в процессе которой человек, сопоставляя и анализируя различные суждения, выводит из них новое суждение.

Мышление развивается и в процессе постоянных переходов от общего к единичному и от единичного к общему, т.е. на основе взаимосвязи индукции и дедукции.

Дедукция – отражение общей связанности явлений.

Индуктивное умозаключение – это вероятностное умозаключение: по отдельным признакам некоторых явлений дается суждение обо всех предметах данного класса. Поспешное обобщение без достаточных оснований часто встречающаяся ошибка в индуктивных суждениях.

Итак, в мышлении моделируются объективные существенные свойства и взаимосвязи явлений, они объективируются и закрепляются в форме суждений, умозаключений и понятий.

Виды мышления

Практически-действенное, наглядно-образное и теоретически-отвлеченное – взаимосвязанные виды мышления. В процессе исторического развития интеллект человека первоначально формировался в ходе практиче-

ской деятельности.

Генетически самый ранний вид мышления – практически-действенное мышление, определяющее значение в нем имеют действия с предметами.

На основе практически-действенного, манипуляционного мышления возникает наглядно-образное мышление. Для него характерно оперирование наглядными образами в уме.

Высшая ступень мышления – отвлеченное, абстрактное мышление. Но и здесь мышление сохраняет связь с практикой.

Мышление отдельных людей также подразделяется на преимущественно образное (художественное) и абстрактное (теоретическое). Но в процессе жизнедеятельности у одного и того же человека на передний план выступает то один, то другой вид мышления.

По содержанию мыслительная деятельность подразделяется: на практическую, художественную и научную.

Структурная единица практического (оперативного) мышления – действие; художественного – образ; научного мышления – понятие.

В зависимости от глубины обобщенности различают эмпирическое и теоретическое мышление.

Эмпирическое мышление (от греч. – опыт) дает первичные обобщения на основе опыта. Эти обобщения делаются на низком уровне абстракции. Эмпирическое познание представляет собой низшую, элементарную ступень познания. Эмпирическое мышление не следует смешивать с практическим мышлением.

Умственная деятельность практика сосредоточена на переходе от абстрактного мышления к практике. Особенностью практического мышления является тонкая наблюдательность, способность сконцентрировать внимание на отдельных деталях события.

Теоретическое мышление выявляет все общие отношения, исследует объект познания в системе его необходимых связей. Его результат – построение теоретических моделей, создание теорий, обобщение опыта, раскрытие закономерностей развития различных явлений, знание которых обеспечивает преобразовательную деятельность человека. Теоретическое мышление неразрывно связано с практикой, но в своих конечных результатах имеет относительную самостоятельность.

В зависимости от стандартности – нестандартности решаемых задач:

Алгоритмическое мышление ориентировано на заранее установленные правила, общепринятую последовательность действий, необходимых для решения типовых задач.

Дискурсивное (от лат. – рассуждение) мышление основано на системе взаимосвязанных умозаключений.

Эвристическое мышление – это продуктивное мышление, состоящее в решении нестандартных задач.

Творческое мышление – мышление, приводящее к новым открытиям, принципиально новым результатам.

сти личности, концентрации активности в необходимом направлении.

Главную психологическую функцию воли составляет усиление мотивации и совершенствование на этой основе регуляции действий. Этим волевые действия отличаются от импульсивных, т.е. действий, совершаемых непроизвольно и недостаточно контролируемых сознанием.

На уровне личности проявление воли находит свое выражение в таких сферах как сила воли (степень необходимого волевого усилия для достижения цели), настойчивость (умение человека мобилизовать свои возможности для длительного преодоления трудностей), выдержка (умение тормозить действия, чувства, мысли, мешающие осуществлению принятого решения), энергичность. Это – первичные (базовые) волевые личностные качества, определяющие большинство поведенческих актов.

Вторичные волевые качества развиваются в онтогенезе позже, чем первичные: решительность (умение принимать и претворять в жизнь быстрые, обоснованные и твердые решения), смелость (умение побороть страх и идти на оправданный риск ради достижения цели, несмотря на опасность для личного благополучия), самообладание (умение контролировать чувственную сторону своей психики), уверенность в себе.

Третичные волевые качества связаны с нравственными: ответственность (качество, характеризующее личность с точки зрения выполнения ею нравственных требований), дисциплинированность (сознательное подчинение своего поведения общепринятым нормам, установленному порядку), принципиальность (верность определенной идее в убеждениях и последовательное проведение этой идеи в поведении), обязательность (умение добровольно возложить на себя обязанности и выполнить их). Сюда же относятся качества воли, связанные с отношением человека к труду: деловитость, инициативность (умение работать творчески, предпринимая поступки по собственному почину), организованность (разумное планирование и упорядочение своего труда), исполнительность (старательность, выполнение в срок поручений и своих обязанностей). Третичные качества воли обычно формируются только к подростковому возрасту, т.е. моменту, когда уже имеется опыт волевых действий.

Формирование волевых качеств личности можно рассматривать как движение от первичных к вторичным и далее – к третичным качествам.

Структура волевого действия

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

К простым относятся те, при которых человек без колебаний идет к намеченной цели, ему ясно, чего и каким путем он будет добиваться. Для простого волевого действия характерно то, что выбор цели, принятие решения на выполнение действия определенным способом осуществляются без борьбы мотивов.

В каждом простом действии различаются сенсорный, центральный,

Закономерности мышления

1. Мышление возникает в связи с решением проблемы; условием его возникновения является проблемная ситуация – обстоятельство, при котором человек встречается с чем-то новым, непонятным с точки зрения имеющихся знаний.

2. Основным механизмом мышления является анализ через синтез: выделение новых свойств в объекте (анализ) посредством его соотнесения (синтеза) с другими объектами. В процессе мышления объект познания постепенно включается в новые связи, и в нем выявляются все новые свойства.

Процесс познания начинается с первичного синтеза – восприятия нерасчлененного целого (обнаружение ключевого признака). Далее на основе первичного анализа осуществляется вторичный синтез.

В условиях дефицита исходной информации человек действует не методом проб и ошибок, а применяет определенную стратегию поиска, чтобы охватить нестандартную ситуацию наиболее оптимальными общими подходами – эвристическими методами поиска. К ним относятся: временное упрощение ситуации; использование аналогий; решение вспомогательных задач; рассмотрение «крайних случаев»; переформулировка требований задачи; временное блокирование некоторых составляющих; совершение «скачков» через информационные разрывы.

Анализ через синтез – познавательное «развертывание» объекта познания, исследование его в различных ракурсах, нахождение его места в новых взаимосвязях, мысленное экспериментирование с ним.

3. Обоснованность мышления. Каждый факт, каждое явление подготавливаются предшествующими фактами и явлениями. Ничто не происходит без достаточного основания. Закон достаточного основания требует, чтобы в любом рассуждении мысли человека были внутренне взаимосвязаны, вытекали одна из другой. Опираясь на правильные обобщения, понимание типичности ситуации, человек предвидит развитие событий, осуществляет опережающее отражение действительности, контролирует грядущие события и преобразует действительность.

4. Селективность (от лат. – выбор, отбор) – способность интеллекта отбирать необходимые для данной ситуации знания, мобилизовать их на решение проблемы, минуя механический перебор всех возможных вариантов. Для этого знания индивида должны быть систематизированы, сведены в иерархически организованные структуры.

5. Антиципация (от лат. – предвосхищение) означает предвосхищение развития событий. Человек способен предвидеть развитие событий, прогнозировать их исход, схематически представлять наиболее вероятное решение проблемы. Прогнозирование событий – одна из основных функций психики человека.

6. Рефлексивность (от лат. – ограждение). Мыслящий субъект постоянно рефлексирует – отражает ход своего мышления, критически его оценивает, вырабатывает критерии самооценки.

основаны на принятом в данном обществе понимании добра и зла, долга и чести, справедливости и несправедливости. Совокупность выработанных данным обществом правил и норм поведения называется моралью. Теория этики норм и правил – этикой, а практическая их реализация – нравственно-нравственные чувства образуют непроизвольную мотивационную сферу поведения личности. Чувство долга – это осознание и принятие тех обязанностей, которые человек берет на себя, вступая в определенные отношения с другими людьми. Совесть – способность личности к нравственному самоконтролю, критерий ее нравственного самосознания. Чувство совести – важнейший стимул к совершенствованию личности. Чувство чести – это повышенная эмоциональная впечатлительность по отношению к тем сторонам поведения, которые наиболее значимы для данного общества в целом, для отдельной социальной группы и для самой личности.

Эстетические чувства – это чуткость, восприимчивость к прекрасному в окружающей предметной и социальной среде, придание прекрасному ценностного значения. Эстетические чувства формируются в значительной мере средствами искусства. Искусство обогащает духовную жизнь человека, возвышает его над обыденностью жизни и осуществляет катарсис – духовное перерождение через эмоциональное потрясение. Эстетические чувства проявляются в переживании прекрасного и безобразного, комического и трагического.

Одно из самых ценных интеллектуальных чувств человека – неудовлетворенность достигнутыми знаниями, испытываемая им радость познания. Возникновение и удовлетворение познавательной потребности связано с любопытством и любознательностью.

Любопытство представляет собой направленность сознания на снятие неопределенности с той или иной проблемной ситуации. Состояние любопытства прекращается сразу после его удовлетворения, оно не служит основой для дальнейшего познания. Чем выше культурный уровень человека, уровень его психического развития, тем он более любознателен. Любознательность – это устойчивое состояние познавательной направленности личности.

5. ВОЛЯ. ВОЛЕВЫЕ КАЧЕСТВА ЛИЧНОСТИ

Воля – сознательное регулирование человеком своего поведения и деятельности, связанное с преодолением внутренних и внешних препятствий. Воля – это способность человека, которая проявляется в саморегуляции им своего поведения и психических явлений.

Основные признаки волевого акта: а) приложение усилий для выполнения волевого акта; б) наличие продуманного плана осуществления поведения акта; в) усиленное внимание к поведенческому акту и отсутствие непосредственного удовольствия, получаемого в процессе и в результате его исполнения; г) нередко усилия воли направлены не только на победу над обстоятельствами, сколько на преодоление самого себя.

Волевая регуляция поведения состоит в оптимальной мобилизованно-

Под рефлексией подразумевается как самоотражение субъекта, так и взаимootражение партнеров по общению.

Мыслительный процесс

При решении сложной проблемы обычно намечается путь решения, который осознается как гипотеза. Осознание гипотезы порождает потребность в проверке. Критичность – признак зрелого ума. Некритический ум легко принимает любое совпадение за объяснение, первое подвернувшееся решение за окончательное. Когда заканчивается проверка, мыслительный процесс переходит к окончательной фазе – суждению, поданному вопросу.

Мыслительный процесс – это процесс, которому предшествует осознание исходной ситуации (условия задачи), который является сознательным и целенаправленным, оперирует понятиями и образами и который завершается каким-либо результатом (переосмысление ситуации, нахождение решения, формирование суждения и т.п.).

Выделяют четыре стадии решения проблемы: 1) подготовка; 2) созревание решения; 3) вдохновение; 4) проверка найденного решения.

Структура мыслительного процесса решения проблемы:

1. Мотивация (желание решить проблему).
 2. Анализ проблемы (выделение «что дано», «что требуется найти», какие недостающие или избыточные данные).
 3. Поиск решения:
 - а) Поиск решения на основе одного известного алгоритма (репродуктивное мышление).
 - б) Поиск решения на основе выбора оптимального варианта из множества известных алгоритмов.
 - в) Решение на основе комбинации отдельных звеньев из различных алгоритмов.
 - г) Поиск принципиально нового решения (творческое мышление).
 - д) На основе углубленных логических рассуждений (анализ, сравнение, синтез, классификация, умозаключение); на основе использования аналогична основе использования эвристических приемов, на основе использования эмпирического метода проб и ошибок.
- В случае неудачи:
- е) Отчаяние, переклочение на другую деятельность: «период инкубационного отдыха» – «созревание идей», озарение, вдохновение, инсайт, мгновенное осознание решения некоторой проблемы (интуитивное мышление).
- Факторы, способствующие «озарению»:
- а) высокая увлеченность проблемой;
 - б) вера в успех, в возможность решения проблемы;
 - в) высокая информированность в проблеме, накопленный опыт;
 - г) высокая ассоциативная деятельность мозга (во сне, при высокой температуре, лихорадке, при эмоционально положительной стимуляции).
4. Логическое обоснование найденной идеи решения, логическое доказательство правильности решения.

других людей).

Аффект – внезапно возникающее в острой конфликтной ситуации чрезмерное нервно-психическое перевозбуждение, проявляющееся во временной дезорганизации сознания и крайней активизации импульсивных реакций.

При состоянии аффекта значительно нарушается сознательная регуляция действий человека. Поведение человека при аффекте регулируется не заранее обдуманной целью, а тем чувством, которое полностью захватывает личность и вызывает импульсивные, подсознательные действия.

Три стадии проявления аффекта: на первой стадии резко дезорганизуется вся психическая деятельность, нарушается ориентировка в действительности; на второй – перевозбуждение сопровождается резкими, плохо контролируемыми действиями; на третьей стадии спадает нервное напряжение, возникает состояние депрессии, слабости.

Формы аффективного состояния страх (безусловно-рефлекторная, эмоциональная реакция на опасность), ужас (наивысшая степень страха), фобии (навязчивые, гипертрофированные представления об опасности – боязнь высоты и т.д.), гнев.

Фрустрация – конфликтное отрицательно эмоциональное состояние, возникающее в связи с крахом надежд, неожиданно возникшими непреодолимыми препятствиями на пути достижения высокозначимых целей.

В случае неустрашимости причин фрустрации (невозвратимости потерь) может возникнуть глубокое депрессивное состояние, связанное со значительной и продолжительной дезорганизацией психики (ослабление памяти, способности к логическому мышлению).

В состоянии фрустрации человек ищет какие-либо компенсирующие выходы, уходит в мир грез, иногда возвращается к более ранним стадиям психического развития (регрессирует).

4.5. Высшие эмоции – чувства

Чувства – это эмоциональная форма отражения социально значимых явлений. Они связаны с личностными, социально значимыми ценностями.

Чувства выполняют в жизни и деятельности человека мотивирующую роль. В отношении окружающего мира человек стремится действовать так, чтобы подкрепить и усилить свои положительные чувства. Они всегда связаны с работой сознания, могут произвольно регулироваться. Проявление сильного и устойчивого положительного чувства, сконцентрированного во круг определенного вида деятельности или человека, называется страстью.

Различаются практические, нравственные, эстетические и познавательные чувства.

Практические чувства – чувства, возникающие в практической деятельности.

Нравственные чувства – это эмоциональное отношение личности к своему поведению и поведению других людей в зависимости от его соответствия или несоответствия социальным нормам. Нравственные чувства

ношение к жизненно важным воздействиям передается по наследству.

Эмоциональный отклик – эмоциональная оперативная реакция на текущие изменения в предметной среде. Определяется эмоциональной возбудимостью человека, его эмоциональным тонусом. Один из видов – синтопия – сопереживание эмоционального состояния других людей. Зависит от условий воспитания.

Настроение – сравнительно устойчивое переживание каких-либо эмоций. Оно вызывается влияниями, которые затрагивают личностные стороны индивида, отношениями между людьми, самочувствием и т.д. Настроение всегда причинно обусловлено, хотя причина его иногда и не осознается. Настроение может быть положительным или отрицательным, иметь определенную интенсивность, выраженность, напряженность и устойчивость.

Наиболее высокий уровень психической активности под влиянием эмоций или чувства называется воодушевлением, наиболее низкий – апатией. Незначительная дезорганизация психической деятельности, вызванная отрицательными воздействиями – состояние расстроенности.

Эмоциональная устойчивость человека при различных эмоциональных воздействиях выражается в стабильности его поведения. Устойчивость к трудностям, терпимость к поведению других людей – толерантность.

4.4. Конфликтные эмоциональные состояния (стресс, аффект, фрустрация)

Стресс – вызванное сверхсильным воздействием нервно-психическое перенапряжение, адекватная реакция на которое ранее не сформирована, но должна быть найдена в сложившейся ситуации. Стресс – тотальная мобилизация сил на поиск выхода из очень трудного, опасного положения.

Понятие стресса введено канадским ученым Г.Селье (1907-1982). Он определил стресс как совокупность адапционно-защитных реакций организма на воздействия, вызывающие физическую или психическую травму. В развитии стрессового состояния он выделил три этапа: 1) тревога; 2) сопротивление; 3) истощение.

Реакция тревоги состоит из фазы шока (депрессия центральной нервной системы) и фазы противошока, когда восстанавливаются нарушенные психические функции.

Стадия сопротивления (резистентности) характеризуется возникновением устойчивости к действию стрессоров. При их длительном воздействии силы организма иссякают, и наступает стадия истощения, зарождаются патологические дистрофические процессы (приводящие иногда к гибели организма).

Различается стресс физиологический и психологический. Психологический стресс делится на информационный (информационные перегрузки) и эмоциональный с тремя разновидностями реакций (импульсивной, торсионной и диффузной). Стресс может быть мобилизующим и демобилизующим (дистресс).

В преодолении стресса проявляются два поведенческих типа личности-интерналы (рассчитывающие только на себя), и экстерналы (на помощь

5. Реализация решения.

6. Проверка найденного решения.

7. Коррекция (в случае необходимости возврат к этапу 2).

Мыслительная деятельность реализуется как на уровне сознания, так и на уровне бессознательного, характеризуется сложными переходами и взаимодействиями этих уровней. В результате успешного действия достигается результат, соответствующий предварительно поставленной цели, а результат, который не был предусмотрен в сознательной цели, является по отношению к ней побочным.

Качества мышления и структура интеллекта

Широта мышления – это способность охватить весь вопрос целиком, не пуская частностей. Глубина мышления – умение проникать в сущность сложных вопросов. Качество, противоположное глубине мышления – поверхностность суждений, когда человек обращает внимание на мелочи и не видит главного. Самостоятельность мышления характеризуется умением человека выдвигать новые задачи и находить пути их решения, не прибегая к помощи других людей. Гибкость мысли – свобода от влияния закрепленных в прошлом приемов и способов решения задач, умение быстро менять действия при изменении обстановки.

Быстрота ума – способность человека быстро разобрататься в новой ситуации, обдумать и принять правильное решение. Торопливость ума проявляется в том, что человек, не продумав полностью вопроса, выхватывает какую-то одну сторону, спешит дать решение, высказывает недостаточно продуманные ответы и суждения. Определенная замедленность мыслительной деятельности может быть обусловлена типом нервной системы – малой ее подвижностью.

Критичность ума – умение человека объективно оценивать свои и чужие мысли, тщательно и всесторонне проверять все выдвигаемые положения и выводы. Существуют три трактовки понятия интеллекта:

1. Биологическая трактовка: «способность сознательно приспособляться к новой ситуации».

2. Педагогическая трактовка: «способность к обучению, обучаемость».

3. Структурный подход (А.Бине): интеллект как «способность адаптации средств к цели». Интеллект – это совокупность тех или иных способностей.

Совокупность познавательных процессов человека определяет его интеллект. «Интеллект – это глобальная способность действовать разумно, рационально мыслить и хорошо справляться с жизненными обстоятельствами» (Векслер), т.е. интеллект рассматривается как способность человека адаптироваться к окружающей среде.

Существуют различные концепции о структуре интеллекта. Спирмен (1904) считал, что каждый человек характеризуется определенным уровнем общего интеллекта, от которого зависит, как этот человек адаптируется к окружающей среде. Еще у всех людей имеются по-разному развитые спе-

цифические способности, проявляющиеся в решении конкретных задач. Терстоун выделил семь сторон общего интеллекта, которые назвал первичными умственными потенциями: 1) счетную способность; 2) вербальную (словесную) гибкость, т.е. легкость в объяснениях, используя наиболее подходящие слова; 3) вербальное вое приятие, т.е. способность понимать устную и письменную речь; 4) пространственную ориентацию, или способность представлять себе различные предметы и формы в пространстве; 5) память; 6) способность к рассуждению; 7) быстро воспринятия сходств или различий между предметами и изображениями.

Позже Гилфорд выделил 120 факторов интеллекта, исходя из того, для каких умственных операций они нужны, к каким результатам приводят эти операции и каково их содержание, держание может быть образным, символическим, семантическим, поведенческим.

Кэттел (1967) считал, что у каждого из нас уже с рождения имеется потенциал интеллекта, который лежит основе нашей способности к мышлению, абстрагированию и рассуждению. Примерно к 20 годам этот интеллект достигает наибольшего расцвета.

Распространенность мышления

Психологи достаточно хорошо умеют определять формы и уровни расстройств мышления, степень его отклонения от стандартов, «нормы». При эйфории, приподнятом настроении, увлеченности (у некоторых людей – в начальной фазе опьянения) происходит необычайное ускорение мыслительного процесса, одна мысль как бы «наезжает» на другую. Непрерывно возникающие мысли, суждения, становясь, все более поверхностными, заполняют наше сознание и изливаются целыми потоками на окружающих. Подобный непроизвольный, непрерывный и неуправляемый поток мыслей называется «ментизмом».

Противоположное качество – неоправданная «обстоятельность мышления». Оно становится как бы вязким, малоподвижным, при этом обычно утрачивается способность выделять главное, существенное. Рассказывая о чем-либо, люди, страдающие подобной «обстоятельностью», старательно и бесконечно описывают всякие мелочи, подробности, не имеющие никакого значения детали.

Люди эмоциональные, возбудимые иногда пытаются объединять несопоставимое: совершенно разные обстоятельства и явления, противоречащие друг другу идеи и положения, допускают подмену одних понятий другими. Такое «субъективное» мышление называют паралогическим.

Логические связи нарушены, смысловое единство отсутствует, но грамматическое построение фраз остается совершенно правильным. Человек с серьезным видом вам что-то объясняет, а вы не можете понять, в чем дело. Такое мышление называют разорванным.

Привычка к шаблонным решениям (стереотипам) и выводам может привести к неспособности самостоятельно находить выход из неожиданных ситуаций и принимать оригинальные решения – функциональная ригид-

менениями частоты сокращения сердца, дыхания, тонуса мышц, просвета сосудов (отсюда побледнение или покраснение кожи). Сердце неслучайно считается символом чувств. Гиппократ умел различать до 60 оттенков в работе сердца в зависимости от эмоционального состояния человека. Сильные эмоции вызывают прекращение слюноотделения (сухость во рту), угнетение работы внутренних органов, изменение кровяного давления, мышечной активности.

Современные электронные приборы позволяют точно устанавливать зависимость функциональных органических изменений от эмоциональных состояний. С эмоциональными состояниями соотносятся биотоки мозга (электроэнцефалограмма – ЭЭГ), обертоны голоса (вокалограмма) и многие вегетативные реакции: электропроводность кожи (кожно-гальваническая реакция – КГР), изменение просвета сосудов (плетизмограмма), тонус мышц (миограмма), частота пульса, дыхания, время реакции.

Комплексная аппаратура, регистрирующая эти психосоматические корреляции, называется полиграфом. В некоторых странах он используется в целях расследования преступлений и именуется «детектором лжи» (лайдетектором).

4.3. Свойства и виды эмоций

Эмоции и чувства различаются в зависимости от их качества (положительные и отрицательные), глубины, интенсивности и продолжительности, влияния на деятельность.

В качественном своеобразии эмоций и чувств выражается отношение человека к явлению. Глубокие и неглубокие эмоции и чувства различаются в зависимости от значимости явления. В зависимости от влияния на активность деятельности эмоции и чувства – стенические и астенические. Стенические чувства побуждают к активной деятельности, мобилизуют силы человека. Астенические эмоции расслабляют человека, парализуют его силы. Ведущий эмоционально-регуляционный механизм – эмоция успеха – неуспеха. Эмоция успеха усиливает исходное побуждение к цели, эмоция неуспеха тормозит, а иногда и дезорганизует деятельность. Человек способен эмоционально предвосхищать свои возможные успехи и неудачи. Это устраняет ненужные пробные действия. Человек обобщает опыт своих удач и неудач, радости и огорчений. Он всегда способен с определенной мерой достоверности определить, «стоит ли игра свеч». В экстремальных ситуациях эмоция успеха-неуспеха трансформируется в аффект восторга, страха или гнева.

По содержанию своеобразию эмоции подразделяются на следующие виды: 1) эмоциональный тон ощущений; 2) эмоциональный отклик; 3) настроение; 4) конфликтные эмоциональные состояния: стресс, аффект, фрустрация; 5) высшие эмоции – чувства.

Эмоциональный тон ощущения – это наше отношение к качеству ощущения (приятное, нейтральное или неприятное), психическое отражение потребности свойств объекта. К отдельным раздражителям возникает даже болезненное органическое отращение – идиосинкразия. Эмоциональное от-

тельно-пассивны. Они могут грешить, проливая слезы. Их чувства направлены на самих себя. Им присуще самолюбование своими чувствами

Страстные натуры эмоционально стремятельны, высоко действенны, упорны в достижении целей. Они живут напряженной, эмоционально насыщенной жизнью, у них постоянно имеется предмет страсти. Бурную энергию они тратят в полной мере. Предметы же их страстей могут быть значимыми, достойными и незначительными.

Эмоционально-фритидные типы – люди холодного рассудка. Их эмоциональные проявления минимальны, они не способны проникаться эмоциональным состоянием других людей, предвидеть их возможные эмоциональные реакции в тех или иных ситуациях. Они лишены чувства сопереживания.

Эмоциональность личности связана с ее нравственным, духовным потенциалом. В наслаждении и страданиях человека проявляется вся его личностная структура. Но и владение эмоциями – одно из достоинств человека.

Владеть своими эмоциями – не значит быть бесчувственным, не подавлять их, это значит владеть эмоциональными реакциями.

4.2. Физиологические основы эмоций и чувств

Эмоции и чувства связаны с функциональным различным состоянием головного мозга, возбуждением его определенных подкорковых областей и с изменениями в деятельности вегетативной нервной системы. И.П. Павлов утверждал, что эмоции связаны с деятельностью подкорковых образований.

Эмоции как генетически обусловленная неспецифическая поведенческая программа определяются комплексом нервных структур, входящих в лимбическую систему мозга. В эту систему входят наиболее древние части среднего промежуточного и переднего мозга.

Ромбическая система связана с вегетативной нервной системой и ретикулярной формацией (расположенной в стволе головного мозга и обеспечивающей энергетические ресурсы мозговой деятельности).

Импульсы от внешних воздействий поступают в головной мозг двумя потоками. Один из них направляется в соответствующие зоны коры мозга, где смысл и значение этих импульсов осознаются и они расширяются в виде ощущений и восприятия. Другой поток приходит в подкорковые образования (гипоталамус и др.), где устанавливается непосредственное отношение этих воздействий к базовым потребностям организма, субъективно переживаемым в виде эмоций.

Эмоции связаны и с деятельностью коры больших полушарий. Р.У. Сперри считает, что эмоции являются функцией правого полушария мозга. Левое, доминантное, полушарие контролирует вербальные, логические функции, правое полушарие контролирует чувственно-эмоциональную сферу.

Исследователи мозга обнаружили в области подкорки (в гипоталамусе) особые нервные структуры, являющиеся центрами страдания и удовольствия, агрессии и успокоения.

Эмоции и чувства сопровождаются рядом вегетативных явлений: из-

ность мышления.

Выдуманный фантастический мир, отражающий глубинные процессы нашей психики, у некоторых людей становится определяющим фактором мышления. В этом случае можно говорить об аутистическом мышлении. Аутизм означает столь глубокое погружение в мир своих личных переживаний, что исчезает интерес к реальности, теряются и слабеют контакты с действительностью, исчезает стремление общаться с окружающими.

Крайняя степень расстройств мышления – бред, или «интеллектуальная моноمانия». Бредовыми считаются мысли, идеи, рассуждения, не соответствующие действительности, явно противоречащие ей. Во всех остальных отношениях нормально рассуждающие и мыслящие люди вдруг начинают высказывать крайне странные для окружающих идеи, не поддаваясь никаким переубеждениям. Наиболее распространенным является «бред преследования».

Интеллектуальное качество и степень «убедительности» бредовых идей зависят от возможностей мышления того, кто ими «захвачен». Обнаружить «бредовый» характер умело излагаемых идей не просто и не всегда возможно. Поэтому бредовые интерпретации и положения могут легко «зажать» окружающих.

3.4. Общая характеристика воображения

Наряду с восприятием, памятью и мышлением важную роль в деятельности человека играет воображение. В процессе отражения окружающего мира человек наряду с восприятием того, что действует на него в данный момент, или зрительным представлением того, что воздействовало на него раньше, создает новые образы.

Воображение – это психический процесс создания образов таких предметов и явлений, которые никогда не воспринимались человеком раньше.

Человек может мысленно представить себе то, что в прошлом не воспринимал или не совершал, у него могут возникнуть образы предметов и явлений, с которыми он раньше не встречался. Воображение тесно связано с мышлением. Оно также характеризуется неопределенностью проблемной ситуации.

Процесс воображения свойствен только человеку и является необходимым условием его трудовой деятельности.

Воображение всегда направлено на практическую деятельность человека. Человек, прежде чем что-либо сделать, представляет, что надо делать и как он будет это делать. Таким образом, он уже заранее создает образ материальной вещи, которая будет изготавливаться в последующей практической деятельности человека. Эта способность человека резко отличает его от «деятельности» животных, иногда очень искусной.

Физиологическую основу воображения составляет образование новых сочетаний и комбинаций из уже сложившихся нервных связей в коре головного мозга. При этом простая актуализация уже имеющихся временных

связей еще не ведет к созданию нового. Создание нового предполагает та-кое сочетание, которое образуется из временных связей, ранее не вступа-вших в сочетание друг с другом. При этом важное значение имеет вторая сигнальная система, слово. Процесс воображения представляет собой сов-местную работу обеих сигнальных систем. Все наглядные образы нераз-рывно связаны с ним. Слово служит источником появления образов вооб-ражения, контролирует путь становления их, является средством их удер-жания, закрепления, их изменения.

Воображение всегда есть определенный отход от действительности. Но в любом случае источник воображения - объективная реальность.

Воображение – это образное конструирование содержания понятия о предмете еще до того, как сложится само понятие.

Ведущим механизмом воображения служит перенос какого-либо свой-ства объекта.

В психологии различают произвольное и непроизвольное воображе-ние. Произвольное проявляется, например, в ходе целенаправленного ре-шения научных, технических и художественных проблем при наличии осо-знанной и отрефлексированной поисковой доминанты, второе – в сновиде-ниях, так называемых неизменных состояниях сознания и др.

Особую форму воображения образует мечта. Она обращена к сфере более или менее отдаленного будущего и не предполагает немедленного достижения реального результата, а также его полного совпадения с обра-дом желаемого. Вместе с тем мечта может стать сильным мотивирующим фактором творческого поиска.

Виды воображения

Основные виды воображения – пассивное и активное. Пассивное де-лится на произвольное (мечтательность, грезы) и непроизвольное (гипно-тическое состояние, сон). Активное воображение включает себя артисти-ческое, творческое, критическое, воссоздающее и антиципирующее. Близко к этим видам воображения находится эмпатия - способность понимать дру-того человека, проникаться его мыслями и чувствами, сопереживать. Ак-тивное воображение всегда направлено на решение творческой или лич-ностной задачи. В активном воображении мало мечтательности и «беспоч-венной» фантазии. Активное воображение направлено в будущее и опери-рует временем как вполне определенной категорией (т.е. человек не теряет чувства реальности, не ставит себя вне временных связей и обстоятельств). Оно направлено больше вовне, человек занят в основном средой, деятель-ностью и меньше внутренними проблемами. Активное воображение опре-деляется волевыми усилиями и поддается волевому контролю.

Воссоздающее воображение – происходит конструирование новых об-разов у людей в соответствии с воспринятыми извне словесными сообще-ниями, схемами, условными изображениями. Продуктами этого воображе-ния являются совершенно новые, ранее не воспринимаемые человеком об-

они обуславливаются иерархически организованной системой потребно-стей. Наряду с этим одна и та же потребность в различных ситуациях мо-жет вызвать различные эмоции.

Эмоции выполняют функцию не только текущего, но и опережающего подкрепления. Чувство радости или тревоги возникает уже при планирова-нии будущего поведения.

Эмоции, как и ощущения, – это базовые явления психики.

Эмоции – механизм экстренного определения тех направлений поведе-ния в данной ситуации, которые ведут к успеху, и блокирования беспер-спективных направлений, механизм стереотипного поведения в соответ-ствующих ситуациях. Эмоционально воспринимать объект – значит, нахо-дить возможность взаимодействия с ним.

4.1. Эмоциональные качества личности

В процессе жизнедеятельности на основе средовых и генетических предпосылок у человека формируются устойчивые эмоциональные каче-ства - эмоциональные особенности и свойства.

К эмоциональным особенностям личности относятся его эмоциональ-ная реактивность, возбудимость, аффектированность, эмоциональная ста-бильность, общий эмоциональный тонус, сила эмоциональных реакций и их внешняя выраженность – экспрессивность. Эти свойства зависят от типа высшей нервной деятельности человека.

Но в процессе социализации эмоциональные особенности претерпе-вают значительные изменения, получают социальную огранку. Человек приучается сдерживать непосредственные эмоциональные проявления, прибегает к их маскировке и имитации, формирует эмоциональную устой-чивость, толерантность – способность к перенесению трудностей. Не всем это удается в одинаковой мере. У одних большая эмоциональная возбуди-мость сочетается с большой эмоциональной устойчивостью, у других – эмоциональная возбудимость часто приводит к эмоциональным срывам, потере самоконтроля. У некоторых людей эмоциональная сфера крайне ограничена. Возможны и проявления эмоциональной аномалии – асинтон-ности (эмоциональной бесчувственности).

Эмоциональность человека, его речевые, мимические, пантомимиче-ские проявления говорят о его ценностных ориентациях и динамических особенностях психической деятельности.

Эмоциональные качества образуют эмоциональный тип личности. Раз-личаются натуры эмоциональные, сентиментальные, страстные и фригид-ные (холодные).

Люди эмоционального типа легко возбудимы, эмоционально впечатли-тельны, импульсивны. Свои поступки они глубоко переживают, часто рас-каиваются. Но в будущем вновь допускают импульсивные срывы.

Люди сентиментального типа склонны к самосозерцанию. На весь мир они смотрят через призму своих эмоциональных состояний. Они чувстви-

Промежуточная память – обеспечивает сохранение информации в течение нескольких часов, накапливает информацию в течение дня, а время ночного сна отводится организму для очищения промежуточной памяти и категоризации информации, накопленной за прошедший день переводом ее в долговременную память. По окончании сна промежуточная память опять готова к приему новой информации. У человека, который спит менее трех часов в сутки, промежуточная память не успевает очищаться, в результате нарушается выполнение мыслительных, вычислительных операций, снижаются внимание, кратковременная память, появляются ошибки в речи, в действиях.

4. ПОНЯТИЕ ОБ ЭМОЦИЯХ

Эмоции – импульсивная реакция, отражающая отношение человека к значимости воспринимаемого им явления, интуитивное определение связи данного явления с удовлетворением или неудовлетворением его потребностей.

Эмоции двузначны – они или положительные, или отрицательные. Самая старая по происхождению, простейшая и наиболее распространенная форма эмоциональных переживаний – это удовольствие, получаемое от удовлетворения органических потребностей, и неудовольствие, связанное с невозможностью это сделать при обострении соответствующей потребности.

Эмоциональные проявления связаны с деятельностью человека. Из множества вариантов поведения человек избирает тот, к которому у него «лежит душа».

Человек действует только тогда, когда его действия имеют смысл. Эмоции и являются врожденно сформированными, спонтанными сигнализаторами этих смыслов. Познавательные процессы формируют психический образ, эмоциональные процессы ориентируют избирательность поведения.

Положительные эмоции, постоянно сочетаясь с удовлетворением потребностей, сами становятся настоятельной потребностью. Длительное лишение положительных эмоциональных состояний может привести к отрицательным психическим деформациям. Замещающая потребность, эмоции становятся побуждением к действию.

Эмоции генетически связаны с инстинктами и влечениями. Но в обществено-историческом развитии сформировались специфические человеческие высшие эмоции – чувства. Исторически сформированные устои породили у человека нравственные чувства – чувство долга, совесть, чувство солидарности, сочувствия, а нарушение этих устоев – чувства возмущения, негодования и ненависти. В практической деятельности сформировались практические чувства, с началом теоретической деятельности зарождаются интеллектуальные чувства, а с возникновением образной изобразительной деятельности – эстетические чувства.

Выделим четыре исходные эмоции: радость (удовольствие), страх, гнев и удивление. Большинство же эмоций имеет смешанный характер, так как

разы, однако этот вид воображения основан на прежнем опыте.

Антиципирующее воображение лежит в основе способности человека предвосхищать будущие события, предвидеть результаты своих действий. Благодаря этой способности, человек может «мысленным взором» увидеть, что произойдет с ним и другими в будущем. Чем моложе человек, тем больше воображение вперед. У пожилых людей воображение больше ориентировано на события прошлого.

Творческое воображение – вид воображениям ходе которого человек самостоятельно создает новые образы и идеи, представляющие ценность для других людей или общества и которые воплощаются в конкретные оригинальные продукты деятельности. Образы творческого воображения создаются посредством различных приемов интеллектуальных операций: а) операции, посредством которых формируются идеальные образы, б) операции, на основе которых перерабатывается готовая продукция.

Т.Рибо выделил две основные операции: диссоциацию и ассоциацию. Диссоциация – отрицательная и подготовительная операция, в ходе которой раздробляется чувственно данный опыт. В результате такой предварительной обработки опыта элементы его способны входить в новое сочетание. Диссоциация обязательная для творческого воображения – это этап подготовки материала. Невозможность диссоциации – существенное препятствие для творческого воображения. Ассоциация – создание целостного образа из элементов вычлененных единиц образов. Ассоциация дает начало новым сочетаниям, новым образам.

Пассивное воображение подчинено внутренним, субъективным факторам, желанием, которые мыслятся в процессе фантазирования осуществленными. Образы и представления пассивного воображения направлены на усиление и сохранение положительных окрашенных эмоций и на вытеснение, редукцию отрицательных эмоций и аффектов.

3.5. Общая характеристика внимания. Функции и виды внимания

Важнейшей особенностью протекания психических процессов является их избирательный, направленный характер. Этот избирательный, направленный характер психической деятельности связывают с таким свойством психики, как внимание.

В отличие от познавательных процессов (восприятие, память, мышление) внимание своего особого содержания не имеет; оно проявляется как бы внутри этих процессов и не отделимо от них. Внимание характеризует динамику протекания психических процессов.

Внимание – это направленность психики (сознания) на определенные объекты, имеющие для личности устойчивую или ситуативную значимость, сосредоточение психики (сознания), предполагающее повышенный уровень сенсорной, интеллектуальной или двигательной активности.

Характеризуя внимание как сложное психическое явление, выделяют

функции внимания. Сущность внимания проявляется, прежде всего, в отборе значимых, релевантных, т.е. соответствующих потребностям, соответствующих данной деятельности, воздействий и игнорировании (торможении, устранении) других – несущественных, побочных, конкурирующих воздействий. Наряду с функцией отбора выделяется функция удержания (сохранения) данной деятельности до тех пор, пока не будет достигнута цель. Одной из важнейших функций внимания является регуляция и контроль протекания деятельности.

Внимание может проявляться как в сенсорных, так в мнемических, мыслительных и двигательных процессах. Сенсорное внимание связано с восприятием раздражителей разного вида. Выделяют зрительное и слуховое сенсорное внимание. Объектами интеллектуального внимания как высшей его формы являются воспоминания и мысли.

Различают три вида внимания: произвольное, произвольное и произвольное.

Непроизвольное внимание (пассивное, эмоциональное) – это сосредоточение сознания на объекте в силу каких-то его особенностей.

При пассивности существует зависимость произвольного внимания от объекта, который его привлекает, и отсутствуют усилия со стороны человека, направленные на то, чтобы сосредоточиться. Когда произвольное внимание эмоциональное, то выделяют связь между объектом внимания и эмоциями, интересами, потребностями. В этом случае также нет волевых усилий, направленных на сосредоточение.

Любой раздражитель, изменяя силу своего действия, привлекает внимание. Новизна раздражителя также вызывает произвольное внимание. Большое значение для возникновения произвольного внимания имеют интеллектуальные, эстетические и моральные чувства. Предмет, вызвавший у человека удивление, восхищение, восторг, продолжительное время привлекает его внимание.

Интерес, как непосредственная заинтересованность чем-то происходящими как избирательное отношение к миру, обычно связан с чувствами и является одной из важнейших причин произвольного длительного внимания к предметам.

Произвольное внимание (активное, волевое) – это сознательно регулируемое сосредоточение на объекте.

Человек сосредоточивается не на том, что для него интересно или приятно, но на том, что должен делать.

Этот вид внимания тесно связан с волей. Произвольно сосредоточиваясь на объекте, человек прилагает волевое усилие, которое поддерживает внимание в течение всего процесса деятельности, волевое усилие переживается как напряжение, мобилизация сил на решение поставленной задачи. Произвольное внимание возникает, когда человек ставит перед собой цель деятельности, выполнение которой требует сосредоточенности. Своим продолжением произвольное внимание обязано труду.

нии. Успех произвольного запоминания зависит во многом от соответствия характера, запоминаемого установкам нашего восприятия.

Наиболее загадочными являются механизмы генетической памяти, с помощью которой происходит наследственно обусловленная регуляция психических реакций и действий человека, связанных с врожденными инстинктами самосохранения и размножения.

Уровни памяти

Существует несколько уровней памяти, различающихся по тому, как долго на каждом из них может сохраняться информация. 1 уровень – непосредственный или сенсорный тип памяти. Ее системы удерживают точные и полные данные о том, как воспринимается мир нашими органами чувств на уровне рецепторов. Длительность сохранения данных 0,1-0,5 секунд. Если полученная на первом (сенсорном) уровне информация привлечет внимание высших отделов мозга, она будет храниться еще около 20 секунд (без повторения или повторного воспроизведения сигнала, пока мозг ее обрабатывает и интерпретирует). Это второй уровень – кратковременная память (КП). КП ограничена по объему, при однократном предъявлении в КП помещается в среднем 7 ± 2 . Это магическая формула памяти человека, т.е. в среднем с одного раза человек может запомнить от 5 до 9 слов, цифр, чисел, фигур, картинок, кусков информации.

И только делая сознательные усилия, вновь и вновь повторяя материал, содержащийся в кратковременной памяти, его можно удержать на неопределенно долгое время (попадает в долговременную память), иначе информация может забыться полностью. Следовательно, кратковременная память поддается сознательной регуляции, может контролироваться человеком. А «непосредственные отпечатки» сенсорной информации повторить нельзя, они сохраняются лишь десять доли секунды, и продлить их психика не может. Кратковременная память позволяет человеку перерабатывать большой объем информации, не перегружая мозг, благодаря тому, что она отсеивает все ненужное и оставляет потенциально полезное, необходимое для решения сиюминутных (актуальных) проблем (оперативная память).

Долговременная память (ДП) обеспечивает длительное сохранение информации. Ее емкость и длительность в принципе безграничны. Введение в долговременную память нового материала и последующее воспроизведение его требуют значительных усилий.

Бывает двух типов: ДП с сознательным доступом (т.е. человек может по своей воле извлечь, вспомнить нужную информацию) и ДП закрытая (человек естественных условиях не имеет к ней доступа, а лишь при гипнозе, при разражении участков мозга может получить к ней доступ и актуализировать во всех деталях образы, переживания, картины всей жизни человека).

Оперативная память – вид памяти, проявляющийся в ходе выполнения определенной деятельности, обслуживающий эту деятельность благодаря сохранению информации, поступающей как из КП, так и из ДП, необходимой для выполнения текущей деятельности.

Виды памяти

В соответствии с типом запоминаемого материала выделяют четыре вида памяти. Генетически первичной считают двигательную систему, то есть способность запоминать и воспроизводить систему двигательных операций. Затем формируется образная память, то есть возможность сохранять и в дальнейшем использовать данные нашего восприятия. В зависимости от того, какой анализатор принимал наибольшее участие в формировании образа, можно говорить о пяти подвидах образной памяти: зрительной, слуховой, осязательной, обонятельной и вкусовой. Психика человека ориентирована, прежде всего, на зрительную и слуховую память, отличающихся у него большей дифференциацией.

Практически одновременно с двигательной формируется эмоциональная память – запечатление пережитых нами чувств, собственных эмоциональных состояний и аффектов (память страха, стыда, слепой ярости). Высшим видом памяти, присущим только человеку, считается вербальная (иногда называемая словесно-логической или семантической) память. С ее помощью образуются информационная база человеческого интеллекта, осуществляется большинство мыслительных действий (чтение, счет). Семантическая память как продукт культуры включает себя формы мышления, способы познания и анализа, основные грамматические правила родного языка.

По степени волевого процесса запоминания и воспроизводства различают произвольную (мы иногда и не хотим, а запоминаем) и произвольную память (информация запоминается целенаправленно, с помощью специальных приемов). Но волевое усилие не гарантирует успеха, мы часто забываем именно то, что и боялись забыть. Произвольная память сильно развита в детстве, у взрослых ослабевает.

Эффективность произвольной памяти зависит от:

- целей запоминания (насколько прочно, долго человек хочет запомнить);
- приемов заучивания.

Приемы заучивания:

- механическое дословное многократное повторение – работает механическая память, тратится много сил, времени, а результаты низкие. Механическая память – это память, основанная на повторении материала без его осмысления;
 - логический пересказ, который включает логическое осмысление материала, систематизацию, выделение главных логических компонентов информации, пересказ своими словами – логическая память (смысловая) – вид памяти, основанный на установлении в запоминаемом материале смысловых связей. Эффективность логической памяти в 20 раз выше механической;
 - образные приемы запоминания (перевод информации в образы, графики, схемы, картинки) – образная память;
 - мнемотехнические приемы запоминания (специальные приемы для облегчения запоминания).
- Память избирательна, которая заметна при произвольном запоминании.

Важным условием поддержания произвольного внимания является психическое состояние человека. Утомленному человеку очень трудно сосредоточить внимание. Значительно ослабляет произвольное внимание эмоциональное возбуждение, вызванное посторонними причинами.

Свойства внимания

Внимание обладает определенными параметрами и особенностями, которые во многом являются характеристикой человеческих способностей и возможностей. Основные свойства внимания: объем, сосредоточенность (концентрация), распределяемость, устойчивость, колебание, переключаемость.

Объем внимания измеряется тем количеством объектов, которые воспринимаются одновременно.

Объем внимания зависит не только от генетических факторов и от возможностей кратковременной памяти человека, но и от профессиональных навыков, жизненного опыта, от поставленной цели, от особенностей воспринимаемых объектов. Объединенные по смыслу объекты воспринимаются в большем количестве, чем не объединенные. У взрослого человека объем внимания равен 4-6 объектам, у ребенка не более 2-3.

Концентрация внимания есть степень сосредоточения сознания на объекте (объектах).

Концентрированность внимания означает, что образуется как бы временный фокус всей психологической активности человека.

Чем меньше круг объектов внимания, тем меньше участок воспринимаемой формы, тем концентрированнее внимание.

Концентрация внимания обеспечивает углубленное изучение познаваемых объектов и явлений, вносит ясность в представление человека о том или ином предмете, его назначении, конструкции, форме.

Распределение внимания выражается в умении одновременно выполнять несколько действий или вести наблюдение за несколькими процессами, объектами.

С точки зрения физиологии, распределение внимания объясняется тем, что при наличии в коре головного мозга оптимальной возбудимости в отдельных ее участках имеется лишь частичное торможение, в результате чего данные участки в состоянии управлять одновременно выполняемыми действиями. Таким образом, чем лучше человек овладел действиями, тем легче ему одновременно выполнять их.

Устойчивость внимания не означает сосредоточенности сознания в течение всего времени на конкретном предмете или его отдельной части, ступене. Под устойчивостью понимается общая направленность внимания в процессе деятельности. Определяется типом нервной системы, темпераментом, мотивацией. На устойчивость внимания значительное влияние оказывает интерес.

Необходимым условием устойчивости внимания является разнообразие впечатлений или выполняемых действий. Восприятие однообразных по форме, цвету, размеру предметов, однообразные действия снижают устойчи-

чивость внимания.

Свойством, противоположным устойчивости, является отвлекаемость. Физиологическое объяснение отвлекаемости – это или внешнее торможение, вызванное посторонними раздражителями, или продолжительное действие одного и того же раздражителя.

Отвлекаемость внимания выражается в колебаниях внимания, которые представляют собой периодическое ослабление внимания к конкретному объекту или деятельности.

Колебания внимания наблюдаются даже при очень сосредоточенной и напряженной работе, что объясняется непрерывной сменой возбуждения и торможения в коре головного мозга. Даже частые колебания внимания в короткие промежутки времени (1–5 сек) не сказываются заметным образом на его устойчивости при условии интересной и напряженной работы. Однако через 15–20 мин колебания внимания могут привести к непроизвольному отвлечению от объекта.

Переключение внимания состоите перестройке внимания, в переносе его с одного объекта на другой.

Различают переключение внимания преднамеренное (произвольное) и непроизвольное (непроизвольное). Преднамеренное переключение внимания происходит при изменении характера деятельности, при постановке новых задач в условиях применения новых способов действий. Преднамеренное переключение внимания происходит при участии волевых усилий человека.

Непреднамеренное переключение внимания обычно протекает легко, без особого напряжения и волевых усилий.

3.6. Общие понятия о памяти, физиологические основы памяти

Все, что происходит нашей психике, в каком-то смысле в ней и остается. Иногда – навсегда. Остается как «след» прошедшего, образ. Повторно воспринимаемое и переживаемое осознается именно как повторение «известного». Память – это прежде всего накопление, закрепление, сохранение и последующее воспроизведение человеком своего опыта, то есть всего, что с ним произошло. Память – это способ существования психики во времени, удержание прошлого. Существует три главных процесса, синтез которых образует память как целостное функциональное образование психики. Первый – запоминание (анализ и идентификация различных характеристик поступающей информации, ее кодирование). Второй – хранение (организация и удержание информации). Забывание – исчезновение из памяти. Эти два процесса, противоположные по характеру, представляют разные характеристики одного процесса. Забывание весьма целесообразный и необходимый процесс и не всегда должен оцениваться отрицательно. Забывание дает возможность мозгу избавляться от избыточной информации. Но человек часто забывает то, что ему нужно и важно помнить. Сохранение-это борьба с забыванием нужного, полезного. Третий – воспроизведение, непроизвольное или произвольное (процесс появления в сознании ранее воспринятых мыслей, в основе ле-

жит оживление следов, возникновение в них возбуждений). Это основная функция памяти, дает человеку возможность использовать данные своего опыта. Формы воспроизведения: узнавание (возникает при повторном восприятии объекта) воспоминание (осуществляется при отсутствии восприятия объекта); припоминание – наиболее активная форма.

В основе памяти лежат ассоциации, или связи. Предметы или явления, связанные в действительности, связываются и в памяти человека. Встретившись с одним из этих предметов, мы можем по ассоциации вспомнить другой, связанный с ним. Запомнить что-то – значит, связать запоминание с уже известным, образовать ассоциацию. С физиологической точки зрения, ассоциация представляет собой временную нервную связь. Различают два рода ассоциаций: простые и сложные. К простым относят три вида ассоциаций: по смежности, по сходству и по контрасту.

Ассоциации по смежности объединяют два явления, связанных во времени или пространстве.

Ассоциации по сходству связывают два явления, имеющих сходные черты: при упоминании об одном из них вспоминается другое. Ассоциации опираются на сходство нервных связей, которые вызываются в мозге двумя объектами.

Ассоциации по контрасту связывают два противоположных явления. Этому благоприятствует то, что в практической деятельности эти противоположные объекты (здоровье и болезнь и т.п.) обычно сопоставляются и сравниваются, что и приводит к образованию соответствующих нервных связей.

Существуют сложные ассоциации – смысловые. В них связываются два явления, которые и в действительности постоянно связаны (причина и следствие, и т.п.). Эти ассоциации являются основой наших знаний.

Физиологическая основа памяти: нервная ткань изменяется под действием раздражителей, сохраняет в себе следы нервного возбуждения. Следы – определенные электрохимические и биохимические изменения в нейронах. Эти следы могут при определенных условиях оживляться, т.е. в них возникает процесс возбуждения в отсутствие раздражителя, вызванные указанные изменения. Образование и сохранение временных связей, их угасание и оживление представляют собой физиологическую основу ассоциаций.

В настоящее время нет единой теории механизмов памяти. Более убедительна нейронная теория: нейроны образуют цепи, по которым циркулируют биотоки. Под влиянием биотоков происходят изменения в местах соединений нервных клеток, что облегчает последующее прохождение биотоков по этим путям. Различный характер цепей нейронов и соответствует той или иной закреплённой информации. Другая теория памяти, молекулярная, считает, что под влиянием биотоков в протоплазме нейронов образуются особые белковые молекулы, на которых «записывается» поступающая в мозг информация.